اس ماہ بطورِ خاص......

اسلام و تصوف، روحانی علوم

ادب، معاشرت، ماحول

دنیا، سائنس، حیرت انگیز

Thyroid

اللہ تعالیٰ نے ہر شخص کو تخلیقی صلاحیتیں عطا کی ہیں۔

ترجمہ: "بے شک انسان پر زمانے میں ایک ایسا وقت بھی آچکا ہے کہ وہ کوئی چیز قابل ذکر نہ تھا، ہم نے انسان کو نطفہ مخلوط سے پیدا کیا تاکہ اسے آزمائیں تو ہم نے اس کو سنتا دیکھتا بنایا۔ (اور) اسے راستہ بھی دکھایا (اب) خواہ وہ شکر گزار ہو خواہ ناشکرا"۔ (سورہ دہر: 1 تا 3)

جو لوگ ان صلاحیتوں کو اپنی کوششوں سے منصہ شہود پر لے آتے ہیں، کامیاب انسان کہلاتے ہیں۔

ترجمہ: "قسم ہے نفس (انسان) کی اور اس کی جس نے اسے ٹھیک بنایا۔ پھر اس کو برائی (سے بچنے) اور پرہیزگاری کی سمجھ دی، کہ جس نے (اپنے) نفس (یعنی روح) کو پاک رکھا وہ مراد کو پہنچا۔ اور جس نے اسے خاک میں ملایا وہ خسارے میں رہا"۔ (سورہ شمس: 7 تا 10)

اپنے معاملات میں اللہ تعالیٰ نے ہمیں کتنا اختیار دیا ہے اور ہم کہاں تک کوشش کر سکتے ہیں اس بارے میں قرآن مجید میں ارشاد باری تعالیٰ ہے:

ترجمہ: "اور آدمی کو وہی ملتا ہے جس کی وہ کوشش کرے اور عنقریب اس کی کوشش اسے دکھائی جائے گی پھر اس کو پوری جزا دی جائے گی"۔ (سورہ نجم: 42)

اس آیت مبارکہ میں واضح طور پر بیان کیا گیا ہے کہ جو جتنی کوشش و جدوجہد کرتا ہے اسے اتنا ہی ملتا ہے۔

کسی ادارے کا ڈائریکٹر جنرل اس ادارے کے مزدور سے بلند درجہ اس لئے ہے کہ اس نے زیادہ تعلیم حاصل کی، زیادہ تجربہ حاصل کیا اور زیادہ محنت کی جبکہ مزدور کی ذہنی سکت محدود رہی۔ لیکن مزدور تقدیر کو الزام نہیں دے سکتا کیونکہ دنیا کے تمام وسائل اس کے لئے بھی موجود تھے۔

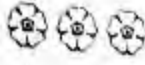
رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ ہر چیز تقدیر سے ہے، یہاں تک کہ سستی کاہلی اور ہوشیاری اور دانائی بھی۔ [مسلم]..... آپ ﷺ مزید فرماتے ہیں "اللہ سستی و کاہلی پر ملامت کرتا ہے، مگر تجھ پر لازم ہے کہ عقلمندی اور ہوشیاری سے کام لے، پھر جب کوئی امر غالب آجائے تو کہہ میرے لیے اللہ ہی کافی ہے۔ [ابو داؤد]

رسول اللہ ﷺ کا ارشاد ہے کہ: کامیاب و کامران آدمی وہ ہے جو اپنے نفس کو قابو کرے اور وہ عمل کرے جو موت کے بعد کام آئے، اور ناکام شخص وہ ہے جس کا نفس اس کی خواہشات کے تابع ہو اور وہ اللہ سے (مغفرت کی) تمنائیں کرے۔ [ترمذی۔ مسند احمد]

موجودہ علمی دور میں یہ سوال بڑی اہمیت اختیار کر گیا ہے کہ آدمی کیا ہے اور اس کی صلاحیتوں کی حد کہاں تک ہے؟ تحقیقی فارمولوں کا علم بتاتا ہے کہ آدم زاد کے ہزاروں روپ ہیں، بظاہر وہ خاک کا پتلا ہے، میکانیکی حرکات پر مبنی گوشت پوست، خون اور ہڈیوں کا ایک پیکر ہے۔ اس کے اندر ایک پوری کیمیائی دنیا آباد ہے۔ اطلاعات و پیغامات پر آدمی کی زندگی رواں دواں ہے۔ آدمی خیال و تصور کے علاوہ کچھ نہیں ہے۔ اس کی ہر حرکت خیال اور تصور کے تابع ہے۔ دنیائے انسانیت کے تمام کارنامے خیال اور تصور اور تخیل کی غیر مرئی طاقت کے گرد گھوم رہے ہیں۔ آدم زاد خیال کے اندر مختلف معانی پہنا کر نئی نئی جلوہ سامانیاں ظہور میں لے آتا ہے۔

آدمی کے شعور نے ایک بچہ کی طرح نشوونما پائی ہے۔ جب بچہ اس دنیا میں آنکھیں کھولتا ہے تو دنیاوی اعتبار سے اس کی شعوری استطاعت ناقابل ذکر ہوتی ہے۔ وہ اپنے ماحول کے متعلق کچھ نہیں جانتا۔ اس کی بصارت کسی شئے پر ٹھہرتی ہے اور نہ سماعت ماحول کی آوازوں میں معانی پہنا سکتی ہے۔ وہ بول سکتا ہے اور نہ ہی فاصلے اور وقت کے احساسات اس کے اندر کارفرما ہوتے ہیں۔ وہ صغر سنی اور طفولیت کا زمانہ گزار کر لڑکپن میں داخل ہو جاتا ہے۔ اس کی دماغی صلاحیت پہلے کی نسبت زیادہ ہوتی ہے۔ آہستہ آہستہ بچہ وہ سب کچھ سیکھ جاتا ہے جو اس کے ماحول میں رائج ہے۔ حتیٰ کہ سوچنے سمجھنے کی تمام طرزیں اسے ماحول سے من و عن منتقل ہو جاتی ہیں۔ اس طرز انتقال میں بچے کا ارادہ بھی کام کرتا ہے۔ لیکن ایک بڑا حصہ وہ علم ہے جو ماحول کے افراد سے غیر ارادی طور پر اس کے اندر منتقل ہو جاتا ہے۔ بچہ مادری زبان بغیر کسی تعلیم کے سمجھنے اور بولنے لگتا ہے۔ اسی طرح وہ ماحول میں موجود اشیاء کے معانی اور ان کا استعمال بھی سمجھنے لگتا ہے۔ انتہا یہ کہ ایک بچہ کم و بیش وہی کچھ دیکھنے، سمجھنے اور محسوس کرنے لگتا ہے جو اس کے بزرگوں کا علم اور شعور ہے۔ جوانی کو پہنچتے پہنچتے اس کے شعوری ذخیرے میں وہ تمام باتیں جمع ہو جاتی ہیں جنہیں استعمال کر کے وہ انہی

طرزوں میں زندگی گزارتا ہے جو اس کے معاشرے میں رائج ہیں۔ طبعی اعتبار سے جب وہ جوان ہوتا ہے تو اس کی ذہنی اور جسمانی صلاحیتیں عروج پر ہوتی ہیں۔ اسی طرح نوع آدم کا شعور بھی آہستہ آہستہ ترقی کرکے موجودہ دنیا تک پہنچا ہے۔ دنیا میں جتنی بھی ترقی ہو چکی ہے اس کے پیش نظر یہ نہیں کہا جا سکتا کہ یہ دور علم و فن اور تسخیر کائنات کے شباب کا دور ہے۔ انسانی ذہن میں ایک لامتناہی وسعت ہے جو ہر لمحہ اسے آگے بڑھنے پر مجبور کر رہی ہے۔ تحقیق و تسخیر کا ایک عظیم الشان ذخیرہ ابھی مخفی ہے۔ صلاحیتوں کا ایک حصہ منصہ شہود پر آچکا ہے۔ لیکن انسانی انا کی ان گنت صلاحیتیں اور صفات ایسی ہیں جو ابھی مظہر خفی سے مظہر جلی میں آنے کے لئے بے قرار ہیں۔

❀❀❀

تمام تجربات، مشاہدات اور محسوسات کا ماخذ ذہن ہے۔ جب انسان غور و فکر کرتا ہے تو ذہن میں وسعت پیدا ہوتی ہے اور کسی کلیے یا کسی نئے علم کا انکشاف ہو جاتا ہے۔ انسانی ذہن ہزاروں سال پہلے بھی ایک معمہ تھا اور آج کے سائنسی دور میں بھی ایک معمہ ہے۔ آج ہمارے پاس پہلے سے کہیں زیادہ علمی اور تجرباتی ذرائع موجود ہیں جن کی مدد سے نئی نئی وضاحتیں دانشوروں کے سامنے آرہی ہیں۔ ایک پرت کی ادھیڑ بن کی جاتی ہے تو دوسرا پرت سامنے آجاتا ہے۔ دوسرے پرت کو اچھی طرح نہیں دیکھ پاتے کہ ایک نیا زون کھل جاتا ہے۔ سائنس دانوں اور علم النفس کے ماہرین کا اندازہ ہے کہ انسان ابھی تک اپنی صلاحیتوں کا پانچ سے دس فیصد بھی استعمال کرنے پر قادر نہیں ہو سکا۔ باقی قوتیں اس کے اندر خوابیدہ ہیں۔ گویا نوع انسان نے اب تک جو ترقی کی ہے وہ صرف پانچ سے دس فیصد صلاحیتوں کے استعمال کا ثمرہ ہے۔

❀❀❀

انسان کے اندر پانچ حواس بصارت، سماعت، گفتار، شامہ اور لمس کام کرتے ہیں۔ ان میں سے ہر حس کی ایک تعریف اور ایک دائرہ عمل ہے۔ کوئی حس ایک حد سے باہر عمل نہیں کر سکتی۔ مثلاً ہم آنکھوں سے چند میل زیادہ دور نہیں دیکھ سکتے، کانوں سے ایک خاص طول موج سے کم یا زیادہ کی آوازیں نہیں سن سکتے۔ کسی چیز کے قریب جائے بغیر اسے چھو نہیں سکتے۔ انسان کے یہ پانچوں حواس مادی رخ میں محدود ہیں لیکن روحانی دائرے میں لامحدود ہیں۔ حواس کا روحانی دائرہ عام طور پر مخفی رہتا ہے۔ اس دائرہ میں بصارت، فاصلے کی پابندی سے آزاد ہو جاتی ہے۔ کان ہر طول موج کی آوازیں سن سکتے ہیں۔ قوت بیان الفاظ کی محتاج نہیں رہتی۔ انسان گفتگو کئے بغیر کسی کے خیالات جان سکتا ہے اور اپنے خیالات اس تک پہنچا سکتا ہے۔

زندگی کے بہت سے تجربات اور واقعات اس بات کی عکاسی کرتے ہیں کہ آدمی کے اندر مادی حواس کے علاوہ ایسے ذرائع ادراک بھی موجود ہیں جن کی صلاحیت اور صفات عام حواس سے بلند ہے۔ جس نوعیت سے یہ ذرائع ادراک تجربے میں آتے ہیں، اس کی مناسبت سے ان کے لئے مختلف نام استعمال کئے جاتے ہیں مثلاً

چھٹی حس، ماورائے ادراک حواس Extra Sensory Perception وجدان، ضمیر، اندرونی آواز، روحانی پرواز وغیرہ۔ انسانی صلاحیتوں کا اصل رخ اس وقت حرکت میں آتا ہے جب روحانی حواس متحرک ہو جاتے ہیں۔ یہ حواس ادراک ومشاہدات کے دروازے کھولتے ہیں جو عام طور سے بند رہتے ہیں۔

انہی حواس سے انسان آسمانوں اور کہکشانی نظاموں میں داخل ہوتا ہے۔ غیبی مخلوقات اور فرشتوں سے اس کی ملاقات ہوتی ہے۔

تمام آسمانی صحائف نے انسان کی غیر معمولی صفات کا تذکرہ کیا ہے۔ کتب سماوی کے مطابق انسان بظاہر گوشت پوست سے مرکب ہے۔ لیکن اس کے اندر ایسی انرجی، یا ایسا جوہر کام کر رہا ہے جو خالق کی صفات کا عکس ہے۔ اس جوہر کو روح کا نام دیا گیا ہے اور اسی روح کے ذریعے انسان کو کائناتی علوم حاصل ہیں۔

انسان کے اندر تین برقی کرنٹ کام کرتے ہیں۔ بالالفاظ دیگر انسان کے اندر جو صلاحیتیں کام کرتی ہیں وہ تین دائروں میں مظہر بنتی ہیں۔ یہ تینوں کرنٹ محسوسات کے تین ہیولے ہیں اور ہر ہیولا مکمل تشخص رکھتا ہے۔ ہر کرنٹ سے انسان کا ایک جسم وجود میں آتا ہے۔ اس طرح آدمی کے تین وجود ہیں یا آدمی تین جسم رکھتا ہے۔ مادی جسم، روشنی کا بنا ہوا جسم اور نور سے بنا ہوا جسم۔ یہ تینوں جسم بیک وقت متحرک رہتے ہیں۔ لیکن مادی جسم (شعور) صرف مادی حرکات کا علم رکھتا ہے۔ مثال کے طور پر مادی جسم کے اندر لاتعداد افعال واقع ہوتے رہتے ہیں۔ پھیپھڑے ہوا کھینچتے ہیں، جگر کے اندر ہزار تعاملات بر سر عمل رہتے ہیں، دماغ کے اندر برقی رو کے ذریعے حیران کن کرشمہ جاری رہتا ہے۔ پرانے خلیات فنا ہوتے ہیں نئے خلیات بنتے ہیں۔ ان میں سے اکثر اعمال کو ہمارا شعور محسوس نہیں کرتا اور نہ ہمارا شعوری ارادہ ان کو کنٹرول کرتا ہے۔ شعوری ارادے کے بغیر یہ اعمال خود بخود ایک ترتیب سے واقع ہوتے ہیں۔ ہمارے اندر روشنی اور نور کے جسم بھی کام کرتے ہیں۔ لیکن شعور انہیں محسوس نہیں کرتا۔ صرف خواب یا مراقبے کی کیفیات ایسی ہیں جن میں ہمیں روشنی کے جسم کا احساس ہوتا ہے۔ ان کیفیات میں ہمارا مادی جسم معطل رہتا ہے۔ اس کے باوجود ہم زندگی کا ہر فعل انجام دیتے ہیں۔ اس کیفیت میں روشنی کا جسم حرکت کرتا ہے۔ اس جسم کو ہیولا، جسم مثالی بھی کہتے ہیں۔ اگر خیال کی قوت کو بڑھایا جائے تو جسم مثالی کی حرکات سامنے آجاتی ہیں۔ اور ہم جسم مثالی کو ارادے کے تحت استعمال کر سکتے ہیں۔ جسم مثالی کی رفتار مادی جسم سے ساٹھ ہزار گنا زیادہ ہے۔ خواب میں نور کا جسم بھی متحرک ہو جاتا ہے لیکن رفتار اتنی تیز ہوتی ہے کہ ہم نورانی واردات کو یاد نہیں رکھ پاتے نور کا جسم روشنی کے جسم سے ہزاروں گنا تیز سفر کرتا ہے۔ اگر خیال کی طاقت میں مطلوبہ اضافہ ہو جائے تو آدمی نور کے جسم سے متعارف ہو جاتا ہے۔ اہل روحانیت نے اس بات کی طرف توجہ دلائی ہے کہ اگر آدمی اپنے

چھٹی حس، ماورائے ادراک حواس Extra Sensory Pereception وجدان، ضمیر، اندرونی آواز، روحانی پرواز وغیرہ۔ انسانی صلاحیتوں کا اصل رخ اس وقت حرکت میں آتا ہے جب روحانی حواس متحرک ہو جاتے ہیں۔ یہ حواس ادراک و مشاہدات کے دروازے کھولتے ہیں جو عام طور سے بند رہتے ہیں۔

انہی حواس سے انسان آسمانوں اور کہکشانی نظاموں میں داخل ہوتا ہے۔ غیبی مخلوقات اور فرشتوں سے اس کی ملاقات ہوتی ہے۔

تمام آسمانی صحائف نے انسان کی غیر معمولی صفات کا تذکرہ کیا ہے۔ کتب سماوی کے مطابق انسان بظاہر گوشت پوست سے مرکب ہے۔ لیکن اس کے اندر ایسی انرجی، یا ایسا جوہر کام کر رہا ہے جو خالق کی صفات کا عکس ہے۔ اس جوہر کو روح کا نام دیا گیا ہے اور اسی روح کے ذریعے انسان کو کائناتی علوم حاصل ہیں۔

انسان کے اندر تین برقی کرنٹ کام کرتے ہیں۔ بالفاظ دیگر انسان کے اندر جو صلاحیتیں کام کرتی ہیں وہ تین دائروں میں مظہر بنتی ہیں۔ یہ تینوں کرنٹ محسوسات کے تین ہیولے ہیں اور ہر ہیولا مکمل تشخص رکھتا ہے۔ ہر کرنٹ سے انسان کا ایک جسم وجود میں آتا ہے۔ اس طرح آدمی کے تین وجود ہیں یا آدمی تین جسم رکھتا ہے۔ مادی جسم، روشنی کا بنا ہوا جسم اور نور سے بنا ہوا جسم۔ یہ تینوں جسم بیک وقت متحرک رہتے ہیں۔ لیکن مادی جسم (شعور) صرف مادی حرکات کا علم رکھتا ہے۔ مثال کے طور پر مادی جسم کے اندر لاتعداد افعال واقع ہوتے رہتے ہیں۔ پھیپھڑے ہوا کھینچتے ہیں، جگر کے اندر ہزار تعاملات بر سر عمل رہتے ہیں، دماغ کے اندر برقی رو کے ذریعے حیران کن کرشمہ جاری رہتا ہے۔ پرانے خلیات فنا ہوتے ہیں۔ نئے خلیات بنتے ہیں۔ ان میں سے اکثر اعمال کو ہمارا شعور محسوس نہیں کرتا اور نہ ہمارا شعوری ارادہ ان کو کنٹرول کرتا ہے۔ شعوری ارادے کے بغیر یہ اعمال خود بخود ایک ترتیب سے واقع ہوتے ہیں۔ ہمارے اندر روشنی اور نور کے جسم بھی کام کرتے ہیں۔ لیکن شعور انہیں محسوس نہیں کرتا۔ صرف خواب یا مراقبے کی کیفیات ایسی ہیں جن میں ہمیں روشنی کے جسم کا احساس ہوتا ہے۔ ان کیفیات میں ہمارا مادی جسم معطل رہتا ہے۔ اس کے باوجود ہم زندگی کا ہر فعل انجام دیتے ہیں۔ اس کیفیت میں روشنی کا جسم حرکت کرتا ہے۔ اس جسم کو ہیولا، جسم مثالی بھی کہتے ہیں۔ اگر خیال کی قوت کو بڑھایا جائے تو جسم مثالی کی حرکات سامنے آجاتی ہیں۔ اور ہم جسم مثالی کو ارادے کے تحت استعمال کرسکتے ہیں۔ جسم مثالی کی رفتار مادی جسم سے ساٹھ ہزار گنا زیادہ ہے۔ خواب میں نور کا جسم بھی متحرک ہو جاتا ہے لیکن رفتار اتنی تیز ہوتی ہے کہ ہم نورانی واردات کو یاد نہیں رکھ پاتے نور کا جسم روشنی کے جسم سے ہزاروں گنا تیز سفر کرتا ہے۔ اگر خیال کی طاقت میں مطلوبہ اضافہ ہو جائے تو آدمی نور کے جسم سے متعارف ہو جاتا ہے۔ اہل روحانیت نے اس بات کی طرف توجہ دلائی ہے کہ اگر آدمی اپنے

قلب، اپنے من کے اندر سفر کرے تو اس کے اوپر روح کی قوتوں کا انکشاف ہو جاتا ہے۔

❀ ❀ ❀

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضور قلندر بابا اولیاءؒ اپنی تصنیف "لوح و قلم" میں تحریر کرتے ہیں:

"انسان بالطبع مصور، کاتب، درزی، لوہار، بڑھئی، فلفی، طبیب وغیرہ وغیرہ سب کچھ ہوتا ہے مگر اسے کسی خاص فن میں ایک خاص قسم کی مشق کرنا پڑتی ہے۔ اس کے بعد اس کے مختلف نام رکھ لئے جاتے ہیں اور ہم اس طرح کہتے ہیں کہ فلاں شخص مصور ہو گیا، فلاں شخص فلفی ہو گیا۔ فی الواقع وہ تمام صلاحیتیں اور نقوش اس کے ذہن میں موجود تھے۔ صرف اس نے ان کو بیدار کیا۔ استاد نے جتنا کام کیا وہ صرف صلاحیت کے بیدار کرنے میں ایک امداد ہے"۔

ان معروضات سے یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ موجودہ دور کی علمی کامیابیاں جن میں علم طب، علم حیوانات و نباتات، جینیات، طبیعات، کیمیا، برقیات، تغیرات، سائیکولوجی، پیراسائیکولوجی اور دیگر علوم و فنون شامل ہیں، یہ سب انسانی صلاحیتوں کے عکس ہیں۔ لیکن جب ہم ان علمی و فنی کامیابیوں کو دیکھتے ہیں تو یہ بات ہمارے ذہن میں بہت کم آتی ہے کہ یہ ہماری ذہنی قوتوں کے مظاہر ہیں جو قدرت نے ہمارے اندر محفوظ کر رکھی ہیں۔ انسان کی مادی زندگی میں بے شمار صلاحیتیں کام کرتی ہیں۔ یہ سب شعوری صلاحیتیں ہیں۔ مثلاً محسوس کرنا، سننا، سونگھنا، دیکھنا، چکھنا، بولنا، چھونا، پکڑنا، چلنا، سونا اور بیدار ہونا وغیرہ۔ اس ضمن میں بہت سے علوم و فنون بھی آجاتے ہیں مثلاً مصوری، کتابت، طباعت، تکنیکی علوم، موسیقی، ادب، شعر و شاعری، تاریخ، سائنس اور دھات سازی وغیرہ۔ جب کوئی شخص کسی صلاحیت کو حاصل کرنا چاہتا ہے تو وہ اس صلاحیت سے ناواقف ہوتا ہے لیکن جب وہ صلاحیت سے استفادہ کرنے کی طرف متوجہ ہوتا ہے تو ذوق و شوق اور استعداد کے مطابق اس کے اندر صلاحیت بیدار اور متحرک ہو جاتی ہے۔

❀ ❀ ❀

زندگی کے مراحل پر غور کرنے سے یہ بات ظاہر ہوتی ہے کہ ہماری زندگی تعقل اور وجدان کے تابع ہے اور ایک بامعنی زندگی گزارنے کے لئے جن اجزاء کی ضرورت ہوتی ہے وہ ہمیں کہیں سے فراہم ہوتے ہیں، ہمارے ذہن میں از خود خیالات ایک ترتیب و تعین سے وارد ہوتے ہیں اور اسی ترتیب کی بدولت زندگی بامعنی گزرتی ہے۔ بچپن سے تادم مرگ جو تجربات ہمارے شعور کو حاصل ہوتے ہیں ان کے مضبوط اور مربوط استعمال کا فہم بھی کوئی اور ایجنسی عطا کرتی ہے۔

❀ ❀ ❀

اس دنیا میں پیدا ہونے والی ہر مخلوق اپنی ضروریات پوری کرنے میں مصروف ہے۔ قدرت اس کام میں ہر مخلوق کی فراخدلی سے مدد کررہی ہے۔ اس زمین پر ہر مخلوق کی عمومی ضروریات میں آکسیجن اور خوراک سرفہرست ہیں۔ ان کے بعد دوسرے تقاضے اور ضروریات ہیں۔ انسان کی لازمی ضروریات ہوا، پانی اور خوراک ہیں۔ ہوا کے بغیر چند منٹ، پانی کے بغیر چند دن اور خوراک کے بغیر، انسان، چند ہفتوں سے زیادہ زندہ نہیں رہ سکتا۔

ایک بہت اہم نکتہ یہ ہے کہ اللہ کی بنائی ہوئی کائنات کے تمام ارکان اپنے انفرادی وجود سے، اپنی نوع سے اور دوسری مخلوقات سے واقف ہیں۔ کبوتر خود کو پہچانتا ہے۔ نر کبوتر کو اس بات کا علم ہے کہ اس کی رفیق مادہ کبوتر ہے۔ یہ دونوں اس بات سے واقف ہیں کہ ہماری غذا کیا ہے، ہمیں پیاس لگے تو پانی پینا ہے۔ نر کبوتر اور مادہ کبوتر صنف مخالف کی کشش کے اثرات سے واقف ہیں۔ نر کبوتر اور مادہ کبوتر کو معلوم ہے کہ ان کی نسل کیسے چلے گی۔ وہ جانتے ہیں کہ اپنی نومولود اولاد کو غذا کس طرح کھلائی جاتی ہے۔ اپنے آپ کو پہچاننے کے ساتھ ساتھ ایک نوع کی مخلوق کافی حد تک دوسری نوع کی مخلوق کو بھی پہچانتی ہے۔ کبوتر جانتا ہے کہ بلی کون ہے اور اسے بلی سے اپنا بچاؤ کس طرح کرنا ہے۔ درخت اپنے ہم جنس درخت کو پہچانتا ہے۔ پہاڑ خود کو اور دوسرے پہاڑوں کو پہچانتا ہے۔ زمین اپنے آپ سے اور خود پر آباد تمام مخلوقات سے واقف ہے۔ چاند کو معلوم ہے کہ میں چاند ہوں۔ چاند کو زمین اور دوسرے سیاروں سے بھی واقفیت ہے۔ ایک نظام شمسی خود کو اور دوسرے نظام ہائے شمسی کو پہچانتا ہے۔ کائنات کے تمام ارکان خود سے اور دوسرے ارکان سے واقف ہیں۔

کائنات کا ہر رکن اپنی مادی ضروریات کو سمجھتا ہے اور ان ضروریات کی تکمیل کے طریقوں سے بھی واقف ہے۔

دوسری تمام مخلوقات کی نسبت انسان کی ضروریات بہت زیادہ ہیں۔ ان میں سے کچھ ضروریات کا تعلق زندگی کی بقا اور نشوونما سے ہے جبکہ بہت سی ضروریات ایسی ہیں جن کے پورا نہ ہونے سے آدمی کی مادی زندگی کو تو کوئی خطرہ نہیں ہوگا البتہ ان ضروریات کے پورا نہ ہونے سے انسان بہت کچھ پانے سے محروم رہ جائے گا۔ اس کی شخصیت نامکمل یا ادھوری رہ جائے گی۔ آیئے! ان ضروریات پر بات کرتے ہیں۔

انسان کو اللہ تعالیٰ نے خاص صلاحیتیں اور اوصاف عطا فرمائے ہیں۔

انسان کی سب سے بڑی خصوصیت اور فضلیت یہ ہے کہ اسے علم الاسماء عطا کیا گیا ہے۔

انسان کی ایک "خوبی" یہ ہے کہ خالق کائنات، اللہ کی چاہت اور اللہ سے قربت کی

خواہش انسان کی فطرت میں شامل ہے۔ یہاں یہ امر ذہن میں رہے کہ اللہ کی محبت صرف انسان کا خاصہ نہیں ہے، دیگر مخلوقات بھی اللہ کی محبت سے سرشار اپنے اپنے طور پر اس کی حمد و ثنا میں مصروف ہیں تاہم یہ انسان ہی ہے جسے اللہ نے اپنی معرفت کی اہلیت سب سے زیادہ عطا کی ہے۔

حقیقت کو پالینے کے لیے انسان کو اللہ کی نشانیوں کا فہم عطا کیا گیا۔ علم کی پیاس، علم کی طلب انسان کے اندر موجود ہے۔ یہ انسان کی فطرت کا حصہ ہے۔ اس نکتہ سے یہ بات بھی واضح ہوتی ہے کہ جو لوگ یا جو قومیں علم کے حصول سے غفلت برتتی ہیں وہ اپنے فطری تقاضوں کو کچل رہی ہوتی ہیں۔

اس زمین پر انسان کے لیے علم بنیادی طور پر "تین" ہیں۔ یہ تین علم انسان کو اس کے تین مختلف تقاضوں کی تکمیل کے لیے آگہی اور ادراک عطا کرتے ہیں، راستے اور طریقے فراہم کرتے ہیں۔

ان میں سے ہر علم کو موجودہ دور کی اصطلاح میں ہم ایک CHIP بھی کہہ سکتے ہیں۔ اس طرح ہم کہہ سکتے ہیں کہ ہر انسان کو قدرت کی جانب سے تین CHIPS عطا کی گئی ہیں۔ ان میں سے ایک علم یا CHIP کا تعلق انسان کے مادی تقاضوں یا مادی ضروریات سے ہے۔ اسے ہم روٹی روزی، رہن سہن اور بقائے نسل کا علم کہہ سکتے ہیں۔ تمام مادی اور طبعی علوم اس CHIP میں شامل ہیں۔ مادی علوم کی یہ CHIP کچھ فرق کے ساتھ زمین پر بسنے والی ہر مخلوق کو عطا کی گئی ہے۔ اس CHIP سے ملنے والی آگہی کے تحت اس زمین پر بسنے والی دوسری تمام مخلوقات اپنی مادی ضروریات سے واقف ہیں اور انہیں پورا کرنے کے طریقے جانتی ہیں البتہ انسان مادی علم میں دوسری تمام مخلوقات سے کہیں زیادہ برتر ہے۔

مثال کے طور پر انسانی آنکھ روشنی میں ایک خاص حد تک دیکھ سکتی ہے۔ انسان اندھیرے میں نہیں دیکھ سکتا۔ انسانی کان 20 ہرٹز سے نیچے یا 20 ہزار ہرٹز سے اوپر کی آوازیں نہیں سن سکتے جبکہ بہت سے جانور اندھیرے میں دیکھ سکتے ہیں اور کئی جانور یا بعض پرندوں کی حد نظر Visibility انسانوں سے بہت زیادہ ہوتی ہے۔ کئی جانوروں کی حس سماعت انسانوں سے بہت بہتر ہوتی ہے، اسی طرح کئی جانوروں کی سونگھنے کی حس انسانوں سے بہت زیادہ بہتر ہوتی ہے۔

کئی دوسرے حیوانات کے مقابلے میں انسان کی محدود حد نظر، محدود حس سماعت یا سونگھنے کی محدود حس کا مطلب یہ نہیں کہ انسان کا دائرہ عمل محدود ہو گیا۔ انسان اپنی ذہنی صلاحیتوں کے ذریعہ قدرت کی مختلف تخلیقات میں تصرف کر کے انہیں اپنے کام میں لاسکتا ہے۔ مثال کے طور پر انسان نے اندھیرے میں بھی دیکھنے کی ضرورت محسوس کی تو اس نے اپنی ذہنی صلاحیتوں کو کام میں لا کر مختلف ذرائع سے روشنی حاصل کرلی۔ اس کی مثالیں چراغ، دیا، لالٹین کے بعد الیکٹرسٹی سے حاصل کردہ روشنی اور انفراریڈ شعاعوں سے حاصل کردہ Vision ہے۔

مادی علوم کے تحت انسان کو عناصر میں تصرف کی اہلیت بھی دی گئی ہے۔ پانی یا دیگر ذرائع سے بجلی کا حصول اس تصرف کی نمایاں مثال ہے۔ ریڈیو، ٹیلی ویژن، انٹرنیٹ وغیرہ بھی اس تصرف کی وجہ سے ظہور میں آئے۔

سائنس و ٹیکنالوجی کے میدان میں انسان کی پیش رفت مادی علوم کی وسعتیں ہیں، یہ سب کچھ ایک خاص CHIP کی ایکٹیویشن کا نتیجہ ہے۔

دوسری مخلوقات کے برخلاف انسان صرف مادی تقاضوں کی حامل مخلوق نہیں ہے۔ انسان کو قدرت کی جانب سے جمالیاتی تقاضے بھی عطا کیے گئے ہیں۔ ان جمالیاتی تقاضوں کے تحت ہر انسان میں ایک جمالیاتی حس موجود ہے۔ یہ جمالیاتی

حس ہی ہے جس کی وجہ سے انسان مختلف رنگوں کو باہم ملا کر ایک خوش نما منظر تخلیق کرتا ہے، مختلف الفاظ کو خاص ترتیب دے کر نظم و نثر کی صورت میں ادب کے اعلیٰ شاہکار وجود میں لاتا ہے۔ انسان کی جمالیاتی حس کی وجہ سے ہی موسیقی کی دلکش اور وجد آفرین دھنیں ترتیب پاتی ہیں۔ انسانی معاشروں میں ثقافت کی رنگا رنگی دراصل انسان کی جمالیاتی حس کی وجہ سے ہی ہے۔ جمالیاتی تقاضوں کی تکمیل بھی انسان کی ضروریات میں شامل ہے تاہم ان تقاضوں کا تعلق انسان کی بقا سے نہیں ہے۔ اس بات کا مطلب یہ ہے کہ جمالیاتی تقاضوں کی تکمیل ہوا، پانی، روشنی کی طرح انسانی وجود کے لیے ناگزیر نہیں ہے۔ جمالیاتی تقاضوں کی تکمیل نہ ہونے پر کوئی شخص مر نہیں جائے گا لیکن انسان کے باطنی وجود کو سمجھنے اور انسانی سوچ و فکر کے ارتقاء کے لیے اعلیٰ جمالیاتی حس کی بھی ضرورت ہے۔ ادب کی مختلف اصناف نثر، شعر و نغمہ، موسیقی، مصوری، آرٹ کی کوئی بھی شکل، گلیوں سڑکوں اور عمارتوں کی تعمیر میں ترتیب و رنگ آمیزی، اندرونی و بیرونی ڈیزائننگ، مختلف اقسام کے دلفریب ملبوسات، سامان آرائش و زیبائش، زیورات وغیرہ یہ سب انسان کے جمالیاتی ذوق کی نشاندہی کرتے ہیں۔ انسان کے جمالیاتی تقاضوں کی تکمیل اس کی شخصیت میں نکھار، سلجھاؤ اور فہم ادا کا سبب بنتی ہے۔ یہ کہنا غلط نہ ہوگا کہ کئی سماجی ادب آداب (Manners & Etiquettes) بھی دراصل انسان کے جمالیاتی ذوق کے باعث وجود میں آئے۔ صاف ہوا، متوازن خوراک اور مناسب ورزش، جسم کی صحت کے لیے ضروری ہیں اسی طرح ذہن کی صحت اور شخصیت کے ارتقاء کے لیے ادب یا آرٹ کی کسی بھی شکل کے ذریعہ تخلیقی عمل سے کسی نہ کسی طرح کی وابستگی بھی ضروری ہے۔

جمالیاتی تقاضوں کی تکمیل کی اہلیت فراہم کرنے کے لیے انسان کو ایک دوسری CHIP عطا کی گئی ہے۔

انسان بنیادی طور پر دو شعوروں سے مرکب ہے، ایک شعور دوسرا لاشعور (شعور اور لاشعور کی مزید قسمیں بھی ہیں) مادی یا طبعی علوم کا تعلق انسان کے شعور سے ہے۔ جمالیاتی تقاضوں اور ان سے وابستہ علوم و فنون کا یا اس دوسری CHIP کا تعلق کچھ تو شعور سے ہے اور کچھ لاشعور سے ہے یعنی یہ CHIP شعوری دو کیفیات کی حامل ہے۔ فنون لطیفہ کی تخلیق میں فنکار پر شعوری کیفیات کا غلبہ ہو تو انسان کی مادی کیفیات کے حوالے سے تخلیقات سامنے آتی ہیں۔ صنف مخالف کی کشش بھی ایک مادی جذبہ ہے۔ جنگ و جدل، معرکہ آرائی، حقوق طلبی وغیرہ بھی مادی معاملات ہیں۔ شاعری یا افسانے، جن میں صنف مخالف کی خوبصورتی، اس سے وصل کی خواہش یا اس حوالے سے دیگر جذبات کا اظہار ہو یہ سب مادی اور شعوری کیفیات ہیں۔ رزمیہ نغمے اور ترانے بھی مادی اور شعوری کیفیات کے زیر اثر تخلیق پاتے ہیں۔ صنف مخالف کی کشش کے باعث ابھرنے والا جذبہ چاہے اُسے محبت کہہ لیا جائے یا اس جذبے کا کوئی اور نام رکھ لیا جائے، مادی جذبہ ہے۔ ان سب کا تعلق مادی یا شعوری حواس یا پہلی CHIP سے ہے مگر...... عشق...... عشق کی بنیاد مادی جذبات پر نہیں ہے۔

فنون لطیفہ کی تخلیق میں کسی فنکار پر، شاعر پر، صوفی پر لاشعوری کیفیات غالب ہوں تو ایسی تخلیقات وجود میں آتی ہیں جو عام انسانی سطح سے بہت بلند ہوتی ہیں۔ ایسی بعض تخلیقات کو الہامی بیان یا الہامی شاعری جیسے خطابات بھی دیے گئے۔ اس ضمن میں مولانا جلال الدین رومیؒ، بابا فریدؒ، سلطان باہوؒ، شاہ عبداللطیف بھٹائیؒ، بابا بلھے شاہؒ، رحمٰن باباؒ، بابا تاج الدین ناگپوریؒ، رومیؒ کے مرید ہندی اقبالؒ اور قلندر بابا اولیاءؒ کے صوفیانہ کلام کی مثالیں دی جا سکتی ہیں۔

مادی علوم کی CHIP اور جمالیات و فنون لطیفہ کی CHIP کے علاوہ انسان کو ایک اور بہت خاص اہلیت عطا کی گئی ہے۔ یہ روحانی یا باطنی علوم کو سمجھنے کی استعداد اور باطنی طور پر تصرف کی صلاحیت ہے۔ اسے ہم تیسری CHIP کہہ سکتے

ہیں۔ یہ تیسری CHIP لاشعوری یا روحانی علوم پر مشتمل ہے۔ سچے خواب، چھٹی حس، کشف، الہام وغیرہ کا تعلق انسان کے لاشعوری حواس یا اس **تیسری** CHIP سے ہے۔ اگر ہم لاشعوری حواس یا روحانی علوم کی اس CHIP کے مختلف فنکشن کو سمجھ لیں، اس CHIP کو روبہ عمل (Activate) کرنا سیکھ لیں تو ہم اس کائنات کے کئی اسرار و رموز سے واقف ہو سکتے ہیں۔ اس CHIP کے فنکشن سمجھ میں آنے لگیں تو انسان یہ جاننے لگتا ہے کہ عشق کیا ہے۔ عشق کی بنیاد مادی جذبات اور ذاتی اغراض پر نہیں ہے۔ عشق کا تعلق انسان کے باطن سے ہے، عشق انسان کی اصل یعنی اس کی روح سے ایک چشمہ کی طرح پھوٹ کر صحرا میں آبِ رواں بن جاتا ہے۔

سعیدؓ و بلالؓ، اویس قرنیؒ، حسینؓ، حسن بصریؒ، جعفر صادقؒ، رابعہ بصریؒ، بایزیدؒ، جنیدؒ، رومیؒ، معین الدین اجمیریؒ، امیر خسروؒ، شاہ لطیفؒ اور بے شمار صحابہ و اولیاء۔۔۔ یہ سب عشق کے استعارے ہیں۔

عشق کی تقویم میں عصرِ رواں کے سوا　　اور زمانے بھی ہیں جن کا نہیں کوئی نام

عشق دمِ جبرئیل، عشق دلِ مصطفیٰ　　عشق خدا کا رسول، عشق خدا کا کلام

عشق کو سمجھنا ہو تو انسان کو اپنے باطنی وجود یعنی روح کو سمجھنا ہوگا۔ روح کو سمجھنے کے لیے لاشعوری کیفیات کو سمجھنا یعنی اس تیسری CHIP کے مختلف فنکشن کو سمجھنا اور ان سے کام لینا سیکھنے کی ضرورت ہے۔ روحانی علوم کے ذریعہ یا لاشعور کی اس CHIP کے ذریعہ انسان لاشعور کی زبان سمجھ سکتا ہے۔ اگر کسی شخص کو لاشعور کی یہ زبان سمجھ میں آنے لگے تو وہ اپنے وجود کی حقیقت کو، اس دنیا کو، اس کائنات کو بہتر طور پر سمجھنے اور عرفانِ الٰہی کی راہوں پر چلنے کے قابل ہو سکتا ہے۔

مادی علوم کی CHIP کے ذریعہ انسان نے سائنس و ٹیکنالوجی کے مختلف شعبوں میں ترقی کی۔ جمالیاتی CHIP کے ذریعہ انسان کی شخصیت کو نکھار اور انسانی معاشروں کو توازن و ہم آہنگی جیسی خوبیاں میسر آتی ہیں۔ روحانی علوم کی تفہیم یعنی اس تیسری CHIP کے ذریعہ انسان کی روحانی نظر بیدار و متحرک ہوتی ہے۔ اللہ وحدہٗ لاشریک پر ایمان کی پختگی، نیت کے اخلاص، دوسروں کے ساتھ خیر خواہی، خود احتسابی جیسی صفات پروان چڑھتی ہیں۔

روحانی علوم کے فروغ کے ذریعہ انسانی معاشروں میں اخوت و بھائی چارہ، احترامِ آدمیت، عفو و درگزر، رشک و تحسین، اللہ کی شکر گزاری، اللہ کی محبت، حضرت محمد ﷺ کا عشق اور آپ ﷺ کی اطاعت کے جذبات فروغ پاتے ہیں۔

حضرت محمدؐ کے وارث اولیاء اللہ اپنی روحانی اولاد، اپنے شاگردوں، دوستوں اور مریدوں کی تربیت اس نہج پر فرماتے ہیں کہ سالک کا دل اللہ کی محبت سے لبریز ہو جائے۔

انسان کی زندگی کا اصل مقصد تو اپنے خالق، اپنے مالک اللہ وحدہٗ لاشریک کا عرفان پانا اور اللہ کی سچی اور خالص بندگی کرنا ہے۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعَالَمِیْنَ ۝ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ ۝ مٰلِکِ یَوْمِ الدِّیْنِ ۝ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

چند روز قبل ایک نئی سائنس فکشن فلم مووی "Lucy" دیکھنے کا اتفاق ہوا، فلم کی کہانی تو ایکشن اور مار دھاڑ پر مبنی تھی لیکن اس فلم کا مرکزی خیال جس نظریہ پر مبنی تھا، وہ یہ مضمون لکھنے کا موجب بنا.....

ابن وصی

فلم کا آغاز تائیوان کے ایک یورو ڈوجسٹ پروفیسر نارمن کے انسان کی ذہنی قوتوں کے متعلق لیکچر سے ہوتا ہے۔ یہ پروفیسر بائنو سائنسز میں ایک اتھارٹی رکھتے ہیں۔ ان کی ریسرچ اس موضوع پر ہے کہ انسانی دماغ کو مکمل طور پر استعمال نہیں کیا جاتا ، مذکورہ پروفیسر دماغ کے زیادہ سے زیادہ استعمال کو ممکن بنانے کے لئے کام کررہے ہوتے ہیں۔

ان کے لیکچر کا خلاصہ یہ ہے کہ "انسان اپنے دماغ کا صرف 5 سے 7 فیصد حصہ استعمال کررہا ہے سب سے زیادہ استعمال کرنے والا جینئس بھی دماغ کا 10 فیصد سے زیادہ استعمال نہیں کرتا۔ جبکہ ایک ڈولفن مچھلی قدرتی طور پر اپنے دماغ کا 20 فیصد استعمال کرتی ہے جس کی وجہ سے وہ اپنے ذہن سے پیغام کو سونار لہروں کی طرح دوسری ڈولفن تک پہنچا سکتی ہے۔ دنیا کے ذہین ترین افراد بھی اپنے دماغ کو مکمل طور پر نہیں بلکہ اس کی صلاحیت کا صرف تھوڑی سا حصہ استعمال کرپاتے ہیں اور اگر وہ دماغ کے غیر استعمال شدہ حصوں میں چند فیصد کو بھی کام میں لے آئیں تو غیر معمولی کارنامے سرانجام دے سکتے ہیں۔ اگر کوئی انسان کسی طریقے سے دماغ کو مکمل طور پر یعنی 100

فیصد استعمال کر لے تو آگے وہ انسان کیا کر سکتا ہے، اس کا تو تصور کرنا بھی محال ہے۔"

دوسری جانب فلم کی مرکزی کردار لوسی نامی ایک لڑکی سمیت 3 افراد کو ڈرگ مافیا یرغمال بنا کر انتہائی خطرناک منشیات یورپ اسمگل کرنے پر مجبور کرتے ہیں، آپریشن کر کے وہ خطرناک ڈرگ ایک پولیتھین کے بیگ میں رکھ کر ان لوگوں کے پیٹ میں چھپا دی جاتی ہے۔ اس ڈرگ میں ایک میٹابولک اینزائم (CPH4 (کاربوکسی ٹیٹرا ہائڈروپٹرین) ہوتا ہے جو عموماً بچوں کی ذہنی نشوونما کے لیے حاملہ خواتین کے جسم میں تخلیق پاتا ہے۔ ایک حادثہ میں لوسی کے پیٹ میں موجود تھیلی لیک کر جاتی ہے اور وہ اینزائم اس کے خون میں داخل ہو کر اس کے دماغ کے ساتھ ساتھ اس کے جسم پر بھی اپنے اثرات دکھانا شروع کر دیتی ہے۔ اس وجہ سے اس کا دماغ انتہائی تیز رفتاری سے نشوونما پانے لگتا ہے اور وہ پیچیدہ سے پیچیدہ معلومات بھی سیکنڈوں میں ذہن نشین کر لیتی ہے۔ وہ چاہے تو اپنے جسم پر لگے کسی بھی زخم کی درد کو محسوس کرنا ختم کر سکتی ہے۔ دماغ کی 20 فیصد صلاحیتیں استعمال کرنے پر وہ اپنی ارد گرد کی چیزوں کے میکینزم کو محسوس کرنے لگتی ہے۔ 25 فیصد ہونے پر دنیا بھر کے علوم اور دوسری زبانیں سمجھنے لگتی ہے۔ 30 فیصد پر وہ انسانوں کے خیالات پڑھنے لگتی ہے، لوسی ان لمحوں کو بھی یاد کر لیتی ہے جب وہ نومولود تھی۔ دماغ کے 50 فیصد استعمال پر وہ اپنے ذہن سے مادہ کو کنٹرول کرنے لگتی ہے۔ وہ بھاری سے بھاری اشیا بھی صرف آنکھوں کے اشارے سے ہلا لیتی ہے۔ 60 فیصد صلاحیتوں پر وہ موبائل اور الیکٹرونک آلات پر دسترس پا لیتی ہے۔

دماغی صلاحیتوں میں اضافے کے ساتھ اس میں ماورائی قوتیں بیدار ہونے لگتی ہیں۔ ایک وقت آتا ہے کہ وہ ماضی اور مستقبل میں سفر کرنے کے قابل ہو جاتی ہے۔ 100 فیصد ہونے پر اس کا مادی جسم ایک طرح کے ڈارک میٹر میں تبدیل ہونے لگتا ہے اور آخر کار زمان و مکان اور مادیت کی قید سے آزاد ہو جاتی ہے۔

اس فلم کو دیکھ کر یہ سوال ذہن میں ابھرتا ہے کہ آیا سائنسی نقطہ نظر سے یہ بات درست ہے....؟ اس سائنس فکشن فلم میں کتنی سائنس اور کتنا فکشن ہے۔

کیا واقعی ذہین سے ذہین انسان بھی اپنے دماغ کا محض 10 فیصد حصہ استعمال کرتا ہے؟....

کیا انسانی دماغ کے بہت سے انتہائی کارآمد گوشے اور پہلو دریافت نہیں ہو سکے ہیں....

کیا واقعی سائنس دان ٹھیک اندازہ نہیں کر پائے ہیں کہ انسانی ذہن میں کس قدر صلاحیتیں اور استعداد موجود ہے؟....

کیا آج تک جس قدر بھی پیش رفت اور ترقی ہوئی ہے وہ انسانی کی آٹھ تا دس فیصد صلاحیتوں کا ثمر ہے....

کیا ہم دماغ کا محض دس فیصد حصہ استعمال کرتے ہیں؟

اب تک کئی مغربی سائنس دان اس سوال کے ضمن میں چھان بین کر چکے ہیں۔ اس سوال کو اگر نیوروسائنس کی نظر سے پرکھا جائے تو بیشتر سائنسدان اس نظریے کے تردید کرتے نظر آئیں گے۔

کیمبرج یونیورسٹی میں کلینیکل نیوروسائیکالوجی کے سائنسدانوں کے مطابق یہ خام خیالی عام پائی جاتی ہے کہ ہم اپنے دماغ کا صرف پانچ یا دس فیصد حصہ استعمال کرتے ہیں اور عام انسانوں میں نوے فیصد دماغی صلاحیتیں پوشیدہ ہی رہتی ہیں۔

کئی سائنس دانوں کا کہنا ہے کہ یہ تصور قطعاً

بے بنیاد ہے کہ ہم عام طور پر اپنے دماغ کا ایک محدود حصہ ہی استعمال کرتے ہیں اور مکمل دماغ کو استعمال کرنے کی صلاحیت حاصل کر کے ہم کوئی انوکھے کرشمے کر سکتے ہیں۔ درحقیقت لوگ 10 فیصد کا تعلق دماغی خلیوں سے سمجھتے ہیں۔ لیکن تحقیق و تجربے سے یہ بات بھی درست ثابت نہیں ہوتی۔

ماہرین نے دماغ کے حصوں کا پتہ چلانے کی خاطر "فنکشنل میگنیٹک ریزونینس امیجنگ" fMRI تکنیک استعمال کی جو مطلع کرتی ہے کہ انسان جب کچھ سوچے یا حرکت کرے تو دماغ کے کون سے حصے متحرک ہوتے ہیں۔ اس تجربے سے انکشاف ہوا کہ انسانی چاہے کیسی بھی ہلکی یا سخت حرکت کرے یا مسلسل سوچتا رہے، انسان دماغ کا ہر حصہ ہی متحرک ہوتا ہے۔ واضح رہے کہ دوران نیند بھی ہمارا دماغ حرکت میں رہتا ہے۔ تب وہ مختلف عمل مثلاً نظام تنفس، دل کی دھڑکن وغیرہ کو کنٹرول کرتا ہے۔ ہمارے بدن میں دماغ ہی سب سے زیادہ وسائل خرچ کرنے والا عضو ہے۔ مثلاً بذریعہ سانس جو آکسیجن ہمارے اندر داخل ہو، اس کا 20 فیصد حصہ دماغ میں کھپتا ہے۔

میڈیکل سائنس بتاتی ہے کہ انسان کے دماغ کے دو حصے ہیں۔ جنہیں Hemispheres کہتے ہیں۔ انسانی دماغ یا نروس سسٹم کا ڈیزائن کچھ اس طرح سے ہے کہ دایاں ہیمی سفیئر Hemisphere جسم کے بائیں حصے کو کنٹرول کرتا ہے اور بایاں ہیمی سفیئر Hemisphere جسم کے دائیں حصے کو کنٹرول کرتا ہے۔ ہمارے دماغ کے مختلف حصے مختلف جسمانی افعال کو کنٹرول کرتے ہیں اور دماغ ہر وقت دیکھنے، سننے، حرکت کرنے، چھونے اور سوچنے جیسے افعال کو کنٹرول کر رہا ہوتا ہے۔ ہمارا دماغ، اس کے سارے عصبی خلیے اور عضلات ہر وقت مصروف عمل رہتے ہیں۔ دماغ ایک بھی عصبی خلیہ کو فارغ نہیں بیٹھنے دیتا۔ ہمارے دماغ میں عصبی (Nerve) خلیے فالتو ہو جائیں تو وہ مر جاتے ہیں۔

اب سوال یہ ہے کہ ٹھوس سائنسی حقائق نہ رکھنے کے باوجود پوری دنیا میں یہ کیوں مشہور ہو گیا کہ انسان محض 10 فیصد دماغ استعمال کرتا ہے؟

ان حقائق کے باوجود کئی لوگوں کا اصرار یہ کیوں ہوتا ہے کہ انسان، دماغ کا محض 10 فیصد استعمال کرتے ہیں۔ حتیٰ کہ اس فہرست میں تعلیم یافتہ لوگ بھی شامل ہیں۔

بعض لوگوں کا خیال ہے کہ یہ نظریہ آئن اسٹائن کی تخلیق ہے۔ مگر محققین نے اس کی ساری کتابیں، ڈائریاں، مسودے وغیرہ چھان مارے، کہیں 10 فیصد کا ذکر نہیں۔

تحقیق سے پتا چلتا ہے کہ امریکی فلسفی اور ڈاکٹر، ولیم جیمز نے 1908ء میں اپنی کتاب "انسان کی توانائیاں" The energies of Men میں تحریر کیا "ہم اپنی ذہنی و جسمانی وسائل کا بہت مختصر حصہ ہی بروئے استعمال لا رہے ہیں۔" تاہم ڈاکٹر ولیم نے کوئی ہندسہ یا فیصد نہیں لکھا اور نہ ہی اس سے ہمارے دماغ کے خلیے مراد تھے۔

1936ء میں پہلی بار مشہور امریکی ماہر نفسیات ڈیل کارنیگی نے اپنی کتاب لوگوں کو کیسے دوست بنایا جائے؟" میں 10 فیصد کا ہندسہ تحریر کیا۔

ممکن ہے کہ ہمارے دو جسمانی عجائب کی بنا پہ اس مغالطے نے جنم لیا ہو۔ ہمارے دماغ میں پائے جانے والے 90 فیصد خلیے "گلیل" (Glaial) کہلاتے ہیں۔ انھیں سفید مادہ (White matter) بھی کہا جاتا ہے۔ یہ امدادی خلیے ہیں، یعنی دوسری اقسام کے خلیوں "نیورون" کو غذائیت و عملی مدد فراہم کرتے ہیں۔ یہ

ممکن ہے کہ جب بعض ماہرین نے معلوم کیا کہ ہم دماغ کے
تو 10 فیصد خلیے استعمال کرتے ہیں تو انھیں گمان ہوا کہ بقیہ 90
فیصد خلیوں کو بھی ان جیسا بنانا ممکن ہے۔ حالانکہ گلیل
بالکل مختلف قسم کے خلیے ہیں اور ایسا کوئی طریق کار
نہیں جو انھیں نیورون بنا ڈالے تاکہ ہمارے دماغ کو
مزید قوت مل جائے۔

عام انسان اور ذہین انسان کے دماغ میں کیا فرق ہے؟

سائنسدان ہوں، اہل وجدان ہوں یا عام انسان
سب کے پاس ایک ہی طرح کا دماغ ہے۔ آئن اسٹائن
کے دماغ پر تو آج تک لیبارٹریز میں تحقیق کی جاری ہے
کہ اس میں ایسی کیا بات تھی، جو دوسرے دماغوں میں
نہیں تھی مگر انہیں ایسا کوئی فرق نہیں مل سکا جس کی
بدولت وہ آئن اسٹائن کی دماغی ساخت کو ممتاز قرار
دے سکیں۔ ایک عام آدمی کے دماغ میں اور
آئن سٹائن کے دماغ میں کوئی فرق نہیں ہے۔ پھر آخر
کیا وجہ ہے کہ کچھ لوگ جینئس بن جاتے ہیں اور ان
کے نظریات و افکار سے دنیا استفادہ کرتی ہے اور کچھ
لوگ عام ذہنی سطح پر زندگی گزارتے ہیں۔

انسانی جسم میں تین پاؤنڈ کا وزن رکھنے والا دماغ
Brain ایک نہایت پیچیدہ اور اہم حصہ ہے۔ اس کے
اندر ایک سو بلین خلیے ہمہ وقت متحرک رہتے ہیں، اگر
ہم انہیں گننے لگ جائیں تو اس میں 3 ہزار سال کا وقت
لگے گا۔ اس کا ہر خلیہ ایک سپر کمپیوٹر کی طرح کام کرتا
ہے۔ اور دوسرے خلیے کو ایک سیکنڈ میں ایک ہزار
بائٹ کی انفارمیشن پہنچاتے ہیں۔ اس میں کوئی شک
نہیں کہ انسانی دماغ کے بارے میں جاننے کے لیے
سائنس دان صدیوں ریسرچ کرتے رہے، آخر کار
پچھلی صدی کے وسط میں دماغ کے خلیوں کا ادراک
حاصل ہو سکا ہے۔ جدید ٹیکنالوجی نے سائنس دانوں کو
اس قابل بنایا کہ وہ دماغ کے اندر تک رسائی حاصل
کرکے اس کے ارتعاشات اور حرکات کا صحیح طرح
مطالعہ کر سکیں۔ لیکن اب بھی دماغ کے بہت سے ایسے
پہلو ہیں جو یہ ظاہر کرتے ہیں کہ انسانی دماغ قدرت کا
ایک حیرت ناک عجوبہ ہے۔ ایک جانب تو دماغ کی
نزاکت کا یہ عالم ہے کہ اس پر معمولی سا صدمہ شدید
نوعیت کے نتائج پیدا کر سکتا ہے۔ دوسری جانب
بعض حیرت ناک واقعات نے بالکل مخالف نتائج دیے
ہیں۔ مثلاً 1980ء میں برطانوی معالج ڈاکٹر جان لوربر
نے مشہور سائنسی رسالے "جرنل" میں انکشاف کیا کہ
استسقائے دماغ (بیماری) میں مبتلا ایک مریض ان کے
زیر علاج ہے جس کے تقریباً تمام نیورون خلیے مردہ ہو
چکے۔ پھر بھی اس کا دماغ معمول کے مطابق کام کر رہا
ہے۔ میڈیکل سائنس میں کئی ایسے کیس سامنے آئے
ہیں جب کسی حادثہ کی صورت میں کسی انسان کے دماغ کا
کوئی حصہ ختم ہو چکا ہوتا ہے لیکن پھر بھی وہ اپنے تمام تر
حواس کو استعمال کرنے پر قادر ہوتے ہیں اور صحتیاب
ہو کر نارمل زندگی بسر کر رہے ہوتے ہیں۔

شاید آپ کو یقین نہ آئے کہ اس وقت دنیا میں
ایسے افراد بھی موجود ہیں جن میں آدھا دماغ موجود ہی
نہیں ہے!..... جی ہاں!..... وہ صرف اپنے دائیں
طرف والے دماغ کو کام میں لاتے ہیں اور بائیں طرف
والے دماغ کے عدم استعمال کے باوجود نا صرف چلتے
پھرتے، کھاتے پیتے اور ہنستے بولتے ہیں بلکہ وہ سارے
کام سرانجام دیتے ہیں جو ایک نارمل انسان کرتا ہے۔

مزید یہ بھی سچ ہے کہ اگر ہم نت نئی باتیں سیکھتے
ہیں، اپنے ذہن کو ہر وقت متحرک رکھیں تو وہ تیز ہو جاتا
ہے۔ نئی ابھرتی سائنس، نیورو پلاسٹیسٹی

Neuroplasticity کی تحقیق بھی یہی حقیقت واضح کرتی ہے۔ لیکن اس کا یہ مطلب نہیں کہ ہمارے دماغ میں نیا علاقہ دریافت ہوگیا، بلکہ نیورون خلیوں کے مابین نئے تعلق (کنکشن) جنم لینے سے ہماری ذہنی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے۔

کچھ عرصہ قبل fMRI کی ٹیکنیک کے ذریعے کی جانے والی ایک ریسرچ سے پتہ چلا تھا کہ لندن کے بعض ٹیکسی ڈرائیوروں کے ہپوکیمپس کا پچھلا حصہ نارمل سے بڑا ہوگیا اور ہپوکیمپس Hippo campus کا سامنے والا حصہ چھوٹا ہوگیا۔ لمبک سسٹم کا یہ حصہ مختلف امور مثلاً آموزش، حافظے اور مکانی تعلقات کی تنظیم نو سے تعلق رکھتا ہے۔ اس سے یہ مطلب لیا گیا کہ شہر کے تفصیلی نقشے کو یاد کرنے کی کوشش میں دماغ کے اس متعلقہ حصے نے اردگرد کے خلیوں کو بھی اپنی ٹیم میں بھرتی کرلیا تاکہ اپنی کارکردگی میں اضافہ کرسکے۔

ہارورڈ یونیورسٹی میں نیورولوجی کے پروفیسر الویرہ پاسکل لیون اور اُن کے ساتھیوں نے تجربات سے دریافت کیا ہے کہ ایسے نابینا بالغ افراد جو بریل سسٹم Braille کے ذریعے پڑھنا سیکھتے ہیں، ان کے دماغ کے وہ رقبے جو انگلیوں سے آنے والی اطلاعات کو ریسیو کرتے ہیں، بڑے ہوگئے، دماغ کے اس رقبے کا نام Somato Sensory Cortex ہے جو کہ چھونے کی حس کے لیے حساس ہوتا ہے۔

پہلے یہ تصور کیا جاتا تھا کہ دماغ ایک بائیولوجیکل کمپیوٹر کی طرح ہے جو کہ اسی طرح سے خیالات کو خارج کرتا ہے جس طرح مختلف گلینڈز ہارمونز خارج کرتے ہیں۔ لیکن اب یہ کہا جارہا ہے کہ دماغ کی کچھ ساخت انسان کے ہر عمل اور ہر ادراک کے ساتھ بدل بھی سکتی ہے۔

اوپر دیے گئے واقعات سے ظاہر ہوتا ہے کہ ہمارے جسم میں دو طرح کے دماغ موجود ہیں۔ ایک مادی دماغ، وہ گوشت کا لوتھڑا ہے جو انسانی کھوپڑی کے اندر ہوتا ہے اور دوسرا اصل دماغ، یعنی ہمارا ذہن جو ہمارے دماغ کو تشکیل دیتا ہے۔ ہمارے مادی دماغ کے کسی حصہ کے ناکارہ یا مفلوج ہوجانے یا دماغ سے جدا ہوجانے کی صورت میں بھی ہمارا اصل دماغ (ذہن) اپنا کام نہایت مستعدی اور نارمل طرح سے کرتا ہے۔ جدید ریسرچ کے یہ نتائج ظاہر کررہے ہیں کہ دماغ کو تحریک ذہن سے ملتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ مذکورہ تجربات میں دماغ کے کچھ حصے اپنی استعداد سے زیادہ یا کسی دوسرے حصے کا کام کرتے پائے گئے۔

کیا دماغ اور ذہن دو الگ الگ چیزیں ہیں....؟

ہماری مختلف صلاحیتیں ہمارے دماغ کے مختلف حصوں میں موجود ہیں یا ہمارے ذہن میں.....؟

اگر ہمارا ذہن ہی ہماری اصل ہے تو وہ ہمارے جسم میں کہاں ہے....؟

مغربی دنیا میں اکثر نفسیات دان، سائیکو تھراپسٹ، فزیو تھراپسٹ اور روحانی معالجین کافی عرصے سے اس بات پر متفق نظر آتے ہیں کہ ہمارا دماغ اور ہمارا ذہن دو مختلف چیزیں ہیں۔

وہ اس کو شعور اور لاشعور سے متعارف کراتے ہیں۔ ان کے مطابق ہمارا گوشت پوست سے بنا ہوا دماغ صرف شعور کی نمائندگی کرتا ہے جبکہ لاشعور اس دماغ سے ماورا ''کہیں اور'' موجود ہے اور وہ ہمارے اس دماغ اور شعور کو کنٹرول کررہا ہے.... یہی لاشعور اس دماغ کے دو مختلف حصوں سے ایک جیسے کام لیتا ہے اور یہی لاشعور ہماری ذہنی قوتوں کا اصل سرچشمہ ہے۔

سائنسدانوں کی ریسرچ کے مطابق ذہن کی

تعریف کا خلاصہ یہ ہو گا کہ ذہن ایک نظر نہ آنے والی ایسی ایجنسی ہے جس نے ہر شے کا احاطہ کیا ہوا ہے۔ جسم کی ہر حرکت اسی کی تابع ہے۔ یہ کائنات سے توانائی حاصل کرتا ہے۔ توانائی کا حصول اور اخراج اگر درست طریقوں پر انجام دیا جائے تو فرد ذہن کی مدد سے اپنے حواس کو مزید فعال بنا کر اپنی لاشعوری صلاحیتوں میں اضافہ کر سکتا ہے۔ جس کی مثال ڈاکٹر ٹلر کے نزدیک ماورائی واقعات کا ظہور میں آنا ہے۔

ان ماورائی طاقتوں کے حصول کا مقصد کیا ہے؟ اور یہ زندگی کے لیے کیوں ضروری ہیں....؟

اس بات کا جواب ابھی تک سائنسدانوں کے لیے ایک معمہ ہے۔

کیا انسان اپنی ذہنی صلاحیتوں سے غیر معمولی کارنامے سرانجام سکتا ہے؟

کئی لوگوں کا خیال ہے کہ یہ بات غلط ہے کہ جینئیس بنتے نہیں، پیدا ہوتے ہیں۔ کوئی شخص پیدائشی طور پر جینئیس نہیں ہوتا، بلکہ حقیقت میں وہ "بنتا" ہے اور اسے جینئیس بنانے میں حادثات بڑا اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

آئن اسٹائن، آئزک نیوٹن، ونسٹن چرچل اور ایسے کئی بڑے آدمیوں کی زندگیوں کے مطالعے سے یہ حقیقت سامنے آئی ہے کہ یہ لوگ بچپن میں نکھٹو، نالائق، کند ذہن، شریر اور خبطی ہوتے ہیں اور اس وقت ان کی معمولی سمجھ بوجھ دیکھ کر ہر شخص کہہ دیتا ہے کہ یہ بچہ آگے چل کر زندگی میں کوئی نمایاں مقام حاصل نہیں کر سکے گا۔ لیکن عمر کی پختگی کے ساتھ ساتھ ان "نالائقوں" کے اندر چھپی ہوئی اعلیٰ ذہانت اور روشن دماغ کی صلاحیتوں کا ظہور ہونے لگتا ہے اور دوسرے عقل مند ان کی باتوں اور حرکات پر حیرت کا اظہار کرنے لگتے ہیں۔ بات صرف ذہنی صلاحیتوں کے استعمال کی ہے۔ جینئس افراد اپنی صلاحیتوں کا بھرپور استعمال کرتے ہیں جبکہ عام آدمی اپنی صلاحیتوں کا عشر عشیر بھی استعمال نہیں کرتا۔ جینئس افراد کو اپنے مقاصد اور اپنے ارادوں پر پختہ یقین ہوتا ہے۔ یہ لوگ شک اور وسوسوں کا شکار نہیں ہوتے کہ شکوک سے انسانی دماغ کے خلیات شکست وریخت کا تیزی سے شکار ہو جاتے ہیں اور روح کی اطلاعات کم سے کم وصول کرتے ہیں۔

کبھی آپ نے اس حقیقت پر غور کیا ہے کہ بے انتہا ترقی کے بعد بھی سائنس دان ٹھیک اندازہ نہیں کر پائے ہیں کہ آخر انسانی ذہن میں کس قدر صلاحیتیں اور استعداد موجود ہے؟....

مغربی ماہرین کہتے ہیں کہ ہمارا شعور اور لاشعور ہمارے پورے وجود پر محیط ہوتا ہے اور ہم جو کچھ بھی کرتے ہیں وہ لاشعور میں Programmed ہوتا ہے۔ اسی لیے شعور اور لاشعور کے تجزیے کی مدد سے ہم کسی کی شخصیت کا بہتر طور پر اندازہ لگانے میں کامیاب رہتے ہیں۔ جو لوگ ذہن کو جتنا زیادہ بروئے کار لا سکتے ہیں ان کی زندگی میں اتنی ہی انقلابی تبدیلیاں رونما ہوتی رہتی ہیں اور ایسے لوگ دوسروں سے بہت نمایاں ہو کر زندگی بسر کرنے کے اہل ہو جاتے ہیں۔ آپ نے ایسے لوگ بھی دیکھے ہوں گے جو اپنی ذہنی صلاحیت کو بروئے کار لا کر دوسروں کے ذہن اور خیالات کا باآسانی تجزیہ کر لیتے ہیں۔ یہ ہمارا ذہن ہی ہے جو خوابوں کے ذریعے ہمیں زمان و مکان کی حدود سے بہت دور لے جاتا ہے۔ ریکارڈ سے پتا چلتا ہے کہ ایسے لوگ تاریخ کے ہر دور میں موجود رہے ہیں جو لاکھوں باتوں کو یاد رکھنے

کی صلاحیت رکھتے تھے۔ ایسے لوگ بھی گزرے ہیں کہ کسی بھی کتاب کو ایک نظر دیکھ لینے پر ہی اس کا ایک ایک صفحہ ان کے ذہن پر نقش ہو کر رہ جاتا تھا۔

ذہنی صلاحیتوں کے مظاہرے کے چند واقعات یہاں پیش کیے جا رہے ہیں۔

لتھوانیا کا ایک عالم جس کا نام Elijah Ben Solomon ایلیا بن سلیمان تھا ابتدائی غیر معمولی حافظہ لے کر پیدا ہوا تھا۔ وہ جس کتاب کو ایک بار پڑھ لیتا تھا وہ پھر اس کے ذہن سے محو نہیں ہوتی تھی۔ ایلیا کے ذہن میں ایک دو نہیں، پوری دو ہزار کتابیں محفوظ تھیں [illegible] ان کتابوں کا ایک ایک لفظ اسے ازبر تھا۔ جہاں سے بھی چاہتے، لوگ اس سے کوئی بھی پیراگراف سن سکتے تھے۔

فرانس کے ایک سیاستدان لیون گیمبیٹا Leon Gambetta کا بھی یہی حال تھا۔ وہ مواد کو یاد رکھنے کی غیر معمولی صلاحیت رکھتا تھا، وکٹر ہیوگو کی تحریروں پر مبنی ہزاروں صفحات اسے مکمل طور پر ازبر تھے وہ ایک ایک لفظ کو پوری صحت کے ساتھ بیان کر سکتا تھا۔

یونان کا رچرڈ پورسن Richard Porson بھی مواد کو پوری صحت کے ساتھ یاد رکھنے کی غیر معمولی صلاحیت رکھتا تھا۔ اسے بھی درجنوں کتابیں یاد تھیں۔

امریکہ کے ہیری نیلسن پلز بری Harry Nelson Pillsbury کی ذہنی قوت اس قدر تھی کہ وہ بیک وقت شطرنج کی 22 بازیاں یاد رکھ سکتا تھا اور یوں اتنے ہی افراد سے بیک وقت مقابلہ کرتا تھا۔ ایک نظر ڈال کر وہ پوری بازی کو تمام چالوں کے ساتھ اپنے ذہن میں محفوظ کر لیتا تھا۔ وہ آنکھوں پر پٹی باندھ کر بھی شطرنج کھیلنے کا ماہر تھا۔

میتھورین ویز یئر قدیم ایران کے بادشاہ کا ذاتی ترجمان تھا۔ وہ اس قدر قوی حافظے کا مالک تھا کہ اگر کسی بھی شخص سے کسی بھی زبان میں کوئی بات سنتا تھا تو بعد میں اس بات کو من و عن بیان کر سکتا تھا۔ ایک بار اس کی اس صلاحیت کی آزمائش بھی کی گئی۔ 12 افراد کے سامنے اسے پیش کیا گیا اور ہر ایک نے بالکل مختلف زبان میں چند جملے ادا کیے اور بعد میں ویزیئر نے ہر ایک کا جملہ اسی زبان میں پوری صحت اور درست لہجے کے ساتھ ادا کیا۔

امریکہ کا زیرا کولبرن Zerah Colburn ریاضی کے حوالے سے حیرت انگیز ذہانت کا حامل تھا۔ وہ آٹھ سال کی عمر سے ہی حساب کا کوئی بھی سوال بڑی آسانی سے حل کر لیتا تھا۔ اس کی اس صلاحیت نے سب کو ورطہ حیرت میں ڈال دیا۔ ایک بار اس نے لندن میں ماہرین کے سامنے 21,735 کو 543 سے ضرب دیا اور محض چار سیکنڈز میں جواب بتا دیا۔

اطالوی نابغہ لیونارڈو ڈاونچی جسے ہم شہرہ آفاق تخلیق مونالیزا کے حوالے سے جانتے ہیں' تاریخ انسانی کا ایک ناقابل فراموش کردار ہے۔ وہ محض ایک عظیم مصور ہی نہیں سائنسدان بھی تھا کم از کم ڈیڑھ سو ایجادات لیونارڈو ڈاونچی سے منسوب ہیں، جب کہ نباتات، علم الابدان، فن تعمیر، انجینئرنگ، نقشہ گری، ارضیات، فلکیات، موسیقی، فلسفہ، ریاضی، اسلحہ سازی، ہوابازی اور لکھاری، موسیقی اور نہ جانے کن کن شعبوں میں اس کا کام یادگار ہے۔ قدرت نے اسے یہ ملکہ عطا کیا تھا کہ وہ بیک وقت ایک ہاتھ سے پینٹنگ اور دوسرے ہاتھ سے گاڑی کے انجن کو مرمت کر سکتا تھا۔

صرف مغرب میں ہی نہیں بلکہ ہمارے مسلم معاشرے میں ایسی کئی مثالیں موجود ہیں۔ حضرت امام جعفر صادق ان نادر روزگار افراد میں شمار کیے جاتے ہیں

انہوں نے اپنی صلاحیتوں کو علم پھیلانے میں صرف کیا۔ انہوں نے ڈیڑھ سو برس کی عمر پائی۔ اس دوران انہوں نے علم الحدیث، علم الکلام، فلسفہ، کیمیا، فلسفہ، طبیعیات، [illegible] منطق، طب، فلکیات، [illegible] الاجسام [illegible] مابعد الطبیعیات اور دیگر علوم پر کئی کتابیں تحریر کیں۔ علاوہ ازیں آپ کے چار ہزار سے زائد شاگرد تھے۔

اسی طرح امام بخاری نے 62 برس عمر پائی۔ دور طالب علمی میں ہی انہوں نے مشہور عالموں کی کتابیں اور 15 ہزار سے زائد احادیث حفظ کر لیں تھیں۔ علم حدیث کے شوق میں انہوں نے اس دور میں شام، مصر اور جزیرہ کا دو مرتبہ اور بصرے کا چار مرتبہ سفر کیا۔ چھ سال مکہ میں گزارے۔ احادیث کے علاوہ انہوں نے تاریخ، تفسیر اور فقہ پر بھی کئی کئی جلدوں میں کتابیں تصنیف کیں۔

بوعلی سینا کا شمار عظیم سائنسدانوں میں ہوتا ہے۔ انہوں نے 57 برس عمر پائی۔ سترہ برس کی عمر تک حصول تعلیم میں مصروف رہے تھے۔ ایک سال بعد مزید علوم حاصل کرنے کے لیے انہوں نے خوارزم سے عراق، آذربائیجان سے اصفہان تک کے کئی سفر کیے اور تقریباً 15 سال سفر میں گزارے۔ اس کے بعد انہوں نے فلسفہ، منطق، ریاضی، فزکس، کیمیا، ارضیات اور طب کے موضوعات پر کئی ضخیم کتب لکھیں جو آج بھی انسائیکلوپیڈیا کی حیثیت رکھتی ہیں۔

امام غزالیؒ نے 55 برس عمر پائی اور تصانیف کا سلسلہ بیس برس کی عمر میں شروع کیا۔ دس گیارہ برس صحرا نوردی میں گزارے۔ انہوں نے 25 سال کی مدت میں 69 کتابیں لکھیں۔ جن میں سے اکثر کئی کئی جلدوں پر مشتمل ہیں۔

ڈاکٹر رضی الدین صدیقی کی زندگی پر ایک نگاہ دوڑائی جائے تو ان پر جینیئس کا گمان ہوتا ہے وہ ایک ہی وقت میں کئی علوم کے درجہ کمال پر فائز تھے۔ ڈاکٹر صدیقی ممتاز ریاضی دان، فلسفی، ادبی شخصیت، ماہر تعلیم، اسلامی تمدن کے اسکالر اور کئی زبانوں کے ماہر تھے، انہوں نے فزکس اور کوانٹم مکینکس پر بھی مقالے تحریر کیے۔

ان تمام واقعات کو پڑھ کر یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ آخر کچھ لوگوں میں ذہنی استعداد اتنی زیادہ کیوں ہوتی ہے اور عام آدمی میں کم کیوں اور اس کی حد کہاں تک ہے؟....

ذہنی صلاحیتوں کی حد کہاں تک ہے؟

ذہن کی حد استعداد پر بحث کافی عرصہ سے جاری ہے۔ مختلف زاویوں سے ذہنی استعداد کا جائزہ لیا جاتا رہا۔ بعض سائنسدانوں نے اسے نسلی میراث قرار دیا۔

آئی کیو ٹیسٹ کے بعد حاصل ہونے والے نتائج سے ماہرین نے یہ ثابت کرنے کی کوشش کی کہ سفید فام لوگ، سیاہ فام لوگوں کے مقابلہ میں زیادہ ذہین ہوتے ہیں لیکن اس نظریہ کو حتمی نظریہ قرار نہیں دیا جاسکا۔ یہ نظریہ پیش کرنے والے IQ and Race آئی کیو اینڈ ریس نامی کتاب کے مصنف مرے نے اس بات کو ثابت کرنے کی کوشش کی کہ سیاہ فام افراد، سفید فاموں کے مقابلے میں کمتر ذہانت کے مالک ہوتے ہیں.... اس کے نتیجے میں اسے سیاہ فاموں کے شدید احتجاج کا سامنا کرنا پڑا اور اس کی اس اختراع کو بے نتیجہ قرار دیا گیا۔

ذہانت یا ذہنی صلاحیتوں کی استعداد کو صنفی لحاظ سے بھی محدود کرنے کی کوشش کی گئی اور کہا گیا کہ

خواتین میں ذہانت کی شرح کم ہوتی ہے۔ ذہانت کم ہونے کی وجہ سے وہ ریاضی کی مشکل مساواتوں کو حل نہیں کر پاتیں اور سائنسدان نہیں بن سکتیں۔ لیکن مختلف تجربات و مشاہدات ان نظریات کی نفی کرتے رہے۔ ذہانت کو نہ ہی نسلی میراث تسلیم کیا گیا اور نہ ہی اسے کسی صنف کے لیے مخصوص کیا جا سکا۔

دیکھا جائے تو تمام لوگ ہی تھوڑے بہت تخلیقی ذہن کے مالک ہوتے ہیں۔ عام لوگ بھی زندگی کے کسی نہ کسی مرحلے میں کوئی نیا یا غیر مانوس ردِ عمل یا خیال ضرور ظاہر کرتے ہیں۔ مثلاً کپڑوں کی ڈیزائننگ، گھر کی ڈیکوریشن یا کوکنگ وغیرہ میں ہر کسی سے کوئی نئی اختراع ہوتی رہتی ہے۔

لیکن تخلیقی افراد کا باقاعدہ خطاب عموماً انہی لوگوں کو دیا جاتا ہے جن کی تخلیقی کاوش بڑے پیمانے پر افراد اور معاشرے پر اثر انداز ہو۔ یہی وجہ ہے کہ جب ہم تخلیقی افراد کے متعلق سوچتے ہیں تو ذہن میں بڑے بڑے نام آتے ہیں۔ مثلاً نیوٹن، آئن سٹائن، ڈاکٹر علامہ اقبال وغیرہ۔ اس کے علاوہ روحانی تخلیقی افراد یا روحانی سائنسدانوں کی ایک طویل لسٹ ہے۔ جنہوں نے وسیع پیمانے پر عوام الناس پر اپنے تخلیقی علوم کے ذریعے اثرات مرتب کئے۔ علامہ اقبال کی بامقصد تخلیقی شاعری نے مسلمانانِ برصغیر میں ایک تڑپ اور نئی روح بیدار کی۔

چونکہ کائناتی علوم تخلیقیت کا سورس یعنی منبع وماخذ ہیں، وہ تمام افراد کے لاشعور میں موجود ہیں۔ اور ہر انسان ان سے استفادہ کر سکتا ہے۔ اس بنا پر ہم یہ نتیجہ اخذ کر سکتے ہیں کہ تمام افراد تخلیقی صلاحیت کے حامل بن سکتے ہیں۔ اگر ایک چھوٹے بچے پر غور کریں تو وہ قدم قدم پر نئے ردِ عمل اور نئی نئی مہارتوں کا اظہار کرتا ہے۔ اس بنا پر کہا جا سکتا ہے کہ ایک بچہ بہت زیادہ تخلیقی صلاحیتوں کا مظاہرہ کرتا ہے لیکن اس کی تخلیقی صلاحیتوں کا دائرہ کار اس کی کم شعوری نشوونما اور استعداد کی بنا پر صرف اس کی ماحولی مطابقت تک ہی محدود رہتا ہے۔

ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ کس طرح ممکن ہے؟

آج زیادہ تر نوجوان یہ سوچتے ہیں کہ ذہین وہی لوگ ہوتے ہیں جو چوبیس گھنٹے کتابوں میں غرق رہتے ہیں یا ٹیلی ویژن کے اشتہاروں کی طرح مخصوص غذائیت والے مشروبات پیتے ہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ ذہانت میں کئی عوامل کا دخل ہوتا ہے، جیسے مواقع، تحریک، دلچسپی اور حالات وغیرہ....

ہر انسان جینئیس یا ذہین بن سکتا ہے لیکن ہم لوگ عام طور پر ان باتوں کو اتنا ہی مشکل سمجھتے ہیں، جتنا پانی پر چلنا، لیکن کیا یہ باتیں واقعی اتنی مشکل ہیں یا ہم میں بھی بہت زیادہ ذہنی صلاحیت موجود ہے۔

ہم میں سے ہر شخص کے پاس ذہانت کا ایک ذخیرہ موجود ہے جسے ہم صرف ہنگامی حالات یا غیر معمولی ضرورت کے وقت ہی استعمال کرتے ہیں۔ سب سے اہم حقیقت یہ ہے کہ ہم میں سے اکثر لوگوں کو اس فن یا علم کے جاننے اور سیکھنے میں بہت کم وقت پیش آتی ہے، جسے ہم اہم تصور کرتے ہیں۔ کئی ایسے طلباء ہیں جنہیں تاریخ کے سن تو یاد نہیں رہتے لیکن اپنے من پسند کھیل کرکٹ اور اس کے کھلاڑیوں کے رنز کی تعداد خوب یاد رہتی ہے۔ کم فہم شخص اگر عزائم رکھتا ہو تو ذی فہم کو پیچھے چھوڑ سکتا ہے۔ مستقل مزاجی کی بنا پر بچپن کے سست اور کند ذہن بچے بڑے ہو کر زندگی کے سفر میں بڑے بڑے عقل مندوں سے آگے

نکل جاتے ہیں۔

ذہنی استعداد میں اضافہ کے لیے محنت اور مشق سے مدد لی جاسکتی ہے۔ اب تک کی جانے والی تحقیقات سے یہ بات ثابت ہوچکی ہے کہ یکسوئی اور توجہ سے یقیناً دماغی ساخت یا نیورل پوٹینشل میں تبدیلی لائی جاسکتی ہے۔

امریکی ماہر نفسیات ہاورڈ گارڈنر کی تھیوری (The Theory Of Multiple Intelligences) نے اپنی ایک ریسرچ میں بتایا ہے کہ انسان صرف ایک قسم کی ذہانت نہیں رکھتا بلکہ مختلف قسم کی ذہانتوں کا مرکب ہے۔ انہوں نے تحقیق سے ثابت کیا ہے کہ انسان میں پیدائشی طور پر نو قسم کی ذہانتیں پائی جاتی ہیں۔ انسان میں سیکھنے کی صلاحیت قدرتی طور پر رکھی گئی ہے۔ وہ سیکھ کر ان مہارتوں کو پالش کرسکتا ہے۔ بتانے کا مقصد یہ ہے کہ جو ذہانت ودیعت کی گئی ہے اس سے کام لیں۔ فوکس رکھیں۔ بعض اوقات ذہانت موجود ہوتی ہے لیکن اس کو پالش کرنے کی ضرورت ہوتی ہے.... ان ذہانتوں کی تفصیل مندرجہ ذیل ہے۔

1.Linguistic Intelligence: زبان دانی کی مہارت .... یہ صلاحیت جن لوگوں میں ہوتی ہے وہ بچپن میں بہت جلد بولنا سیکھ لیتے ہیں۔ ایسے لوگ ٹرانسلیٹر، سیاستدان اور مصنف وغیرہ بن سکتے ہیں۔

2.Logical-Mathematical Intelligence
نمبروں کو سمجھنے کی ذہانت.... بعض لوگوں کا دماغ نمبروں میں زیادہ چلتا ہے۔ ایسے لوگ میتھس اور نمبروں میں ماہر ہوتے ہیں اور لوجکس سیکھ سکتے ہیں، بینک اکاؤنٹنگ میں بہت آگے جاسکتے ہیں۔

3.Vocal Intelligence: بات کو سمجھانے کی ذہانت.... اپنی بات کو دوسروں تک پہنچانا۔ یہ فن ہر کوئی نہیں جانتا۔ ایسے لوگ زبردست قسم کے مقرر، خطیب اور اینکر بننے کی صلاحیت رکھتے ہیں۔

4.Visual Intelligence: دیکھنے کی ذہانت.... بعض لوگوں میں چیزوں کو آبزرو کرنے کی صلاحیت بہت زبردست قسم کی پائی جاتی ہے۔ ایسے لوگ زبردست تخلیق کار ہوتے ہیں۔ چیزوں کو بہت گہرائی سے جانچتے ہیں۔

5.Naturalization Intelligence: نیچر سے دلچسپی.... فطرت سے دلچسپی تھوڑی یا زیادہ ہر ایک کو ہوتی ہے۔ ایسے لوگ جن میں زیادہ ہوتی ہے۔ مصور، شاعر وغیرہ بہت اچھے بن سکتے ہیں۔

6.Inter Person Intelligence: تعلق بنانے کی ذہانت.... جو لوگ تعلق اچھا بنانے کی ذہانت رکھتے ہیں وہ سوشل ہوتے ہیں۔ ایسے لوگ جب دنیا سے جاتے ہیں تو ہر آنکھ اشکبار ہوتی ہے۔ ایسے لوگ اچھے ٹیچر بن سکتے ہیں۔

7.Intra Person Intelligence: اپنے آپ کو جاننے کی ذہانت.... جو لوگ خود کے ساتھ جینا سیکھ لیتے ہیں ان کی کامیابی کا گراف بہت بلند ہونے کا امکان ہوتا ہے۔ .... ایسے لوگ فلسفی، نفسیات دان، مفکر اور روحانی اسکالر بن سکتے ہیں۔

8.Map Intelligence: نقشوں کو جاننے کی ذہانت.... جو لوگ یہ ذہانت رکھتے ہیں وہ راستوں کو بہت جلد سمجھ لیتے ہیں۔

9.Spatial Intelligence: محسوس کرنے کی ذہانت.... حساس لوگ بہت اچھے سائکالوجسٹ بن سکتے ہیں۔ ایسے لوگوں میں اداکاری کرنے کی صلاحیت عام لوگوں سے زیادہ ہوتی ہے۔

یہ ذہنی صلاحیتیں تمام افراد کے اندر پیدائشی طور

پر اس کے شعور کے پس پردہ لاشعوری نظام میں موجود ہوتی ہے۔ جو لوگ اس صلاحیت کو شعوری طور پر متحرک کر لیتے ہیں ان کا شمار تخلیقی افراد میں ہوتا ہے۔ جو لوگ اس صلاحیت کو متحرک نہیں کر پاتے ان کا شمار غیر تخلیقی افراد میں ہوتا ہے۔

یہاں پر یہ سوال بھی آسکتا ہے کہ اگر تخلیقیت کی صلاحیت تمام افراد کے اندر موجود ہوتی ہے تو پھر کچھ لوگ بہت زیادہ تخلیقی صلاحیت حاصل کر لیتے ہیں جب کہ کچھ بہت کم تخلیقی ہوتے ہیں.... ایسا کیوں ہے؟

کسی خاص صلاحیت کی طرف متوجہ رہنے اور اس کی مسلسل ذہنی مشق کرتے رہنے سے ذہنی صلاحیتوں میں اضافہ کیا جا سکتا ہے۔ ذہنی صلاحیتیں تو تمام افراد میں پیدائشی طور پر موجود ہوتی ہیں لیکن ایک فرد ان سے کتنا استفادہ کرتا ہے اس میں انفرادی اختلافات پائے جاتے ہیں۔ ذہنی صلاحیت کا گہرا تعلق تجسس کی استعداد سے ہے۔

حضرت قلندر بابا اولیاءؒ تجسس کی تعریف ان الفاظ میں بیان فرماتے ہیں کہ "تجسس وہ صلاحیت ہے جس کے ذریعے ہم کائنات کے ہر ذرے سے روشناسی حاصل کرتے ہیں۔ اس قوت کی صلاحیتیں اس قدر ہیں کہ جب ان سے کام لیا جائے تو وہ کائنات کی تمام ایسی موجودات سے جو پہلے کبھی تھیں یا آئندہ ہوں گی واقف ہو جاتی ہیں"۔

مختلف افراد میں تجسس کی صلاحیت کے مختلف درجے پائے جاتے ہیں آپ نے دیکھا ہو گا کہ کچھ افراد میں اشیاء کو جاننے اور ان کی حقیقت کا کھوج لگانے کے لئے بہت زیادہ تجسس پایا جاتا ہے۔ جب کہ کچھ میں بہت کم پایا جاتا ہے۔ فی الحقیقت یہ تجسس کی صلاحیت ہی فرد کے ذہنی صلاحیتوں کے زیادہ ہونے یا کم ہونے کا تعین کرتی ہے۔ جو لوگ زیادہ ذہنی صلاحیتوں کے مالک ہوتے ہیں۔ ان میں اشیاء کی حقیقت جاننے کا بہت زیادہ تجسس موجود ہوتا ہے۔ بالفاظ دیگر ان میں بہت زیادہ یکسوئی یا قوت ارتکاز کی صلاحیت موجود ہوتی ہے۔ وہ زیر غور مسئلے یا نکتے پر غور و فکر کرتے کرتے اس پر اس حد تک ارتکاز کر جاتے ہیں کہ نکتے کی حقیقت ان کے سامنے آجاتی ہے یا باطنی یا وجدانی علم متحرک ہو جاتا ہے....

نتیجہ یہ نکلا کہ تخلیقی صلاحیتوں میں انفرادی اختلافات تجسس یا قوت ارتکاز کے مختلف درجوں کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں۔ تجسس کی صلاحیت دراصل ارتکاز ہی کی صلاحیت ہے اور اسی صلاحیت کی بنا پر فرد ہر کائناتی اسرار یا حقیقت سے آشنا ہو سکتا ہے۔

آپ غور کریں کہ جب آپ کا ذہن منتشر یا پریشان ہو اور ایسی صورت میں آپ کچھ لکھنا یا پڑھنا اور سمجھنا چاہیں تو آپ کو بہت دقت ہو گی، کیونکہ خیالات بے ترتیب ہوں گے۔ جب فرد ارادی طور پر یقین یا اعلیٰ خیالات کی طرف متوجہ ہوتا ہے۔ یکسوئی بڑھتی جاتی ہے اور آہستہ آہستہ ہوتا یوں ہے کہ شک یا اسفل خیالات ختم ہو جاتے ہیں۔ ان لوگوں کا شمار جینئس لوگوں میں ہوتا ہے، اور ان کے لیے کامیابی کے راستے کھلتے چلے جاتے ہیں۔

ذہن میں یقین کا پیٹرن بن جائے تو جہاں شک و شبہات اور وسوسے ختم ہو جاتے ہیں، وہیں انسان کا اپنی باطنی دنیا کے ساتھ ایک غیر محسوس تعلق بھی قائم ہو جاتا ہے۔ پیغمبرانہ تعلیمات میں اس نکتے پر زور دیا گیا ہے کہ شک اور وسواس کو اپنے دل میں جگہ نہ دی جائے، یقین کو مستحکم کیا جائے.... ایسا یقین ہماری زندگی میں ہر ہر قدم پر کامیابی کا ضامن ہے۔

ملالہ یوسف زئی کو نوبل پرائز

پاکستان کی ملالہ دنیا کی سب سے کم عمر نوبل پرائز ونر ہیں....

10 اکتوبر 2014ء کو پاکستانیوں کے لیے یہ خبر خوشی و فخر کا باعث ثابت ہوئی کہ لڑکیوں کی تعلیم کے حق میں آواز اٹھانے اور اس راہ میں اپنی جان تک کی پرواہ نہ کرنے والی ایک کمسن طالبہ ملالہ یوسف زئی کو 2014ء امن کا نوبل انعام دیا گیا۔

سوات کے اسکول میں تعلیم پانے والی ملالہ یوسف زئی ملالہ کو، ان کے اہل خانہ کو، تعلیم کے فروغ کے لیے کام کرنے والے افراد اور اداروں کو اور پاکستانی قوم کو یہ انعام مبارک۔

اس انعام کی اہمیت اس صورت میں کچھ اور بڑھ جاتی ہے کہ وادیٔ سوات سے تعلق رکھنے والی 17 سالہ ملالہ یہ عالمی اعزاز پانے والی کم عمر ترین شخصیت ہیں۔

چند سال پہلے جب سوات میں اسکولوں کو بم دھماکوں سے تباہ کیا گیا اور لڑکیوں کے لیے تعلیم حاصل کرنے کی راہیں مسدود کی گئیں تو ایسے میں گیارہ سالہ ملالہ نے بی بی سی کی ایک ویب سائٹ کے لیے "گل مکئی" کے نام سے بلاگ لکھنے شروع کیے۔ اس بلاگ کے تحت ملالہ نے اپنے علاقے کے حالات و واقعات تحریر کیے اور یہ بتایا کہ کس طرح انہیں اور سوات کی دوسری لڑکیوں کو اسکول جانے کے حق سے محروم کیا گیا ہے۔

ملالہ کی کوششوں کے اعتراف میں اقوام متحدہ میں تعلیم کے عالمی سفیر برطانیہ کے سابق وزیر اعظم گورڈن براؤن نے ملالہ کے نام سے اقوام متحدہ کی ایک خصوصی پٹیشن بھی متعارف کرائی "میں ملالہ ہوں....!"

اس تحریک کے تحت اس مطالبے پر زور دیا گیا کہ 2015ء کے آخر تک دنیا بھر کے بچوں کو تعلیم کی سہولتیں حاصل ہونی چاہئیں۔ نوبل امن انعام کے اعلان کے بعد ملالہ نے ایک تقریب میں کہا کہ "میں دنیا کو پیغام دینا چاہتی ہوں کہ پاکستان ایک پُرامن ملک ہے اور مجھے اپنے پاکستانی ہونے پر فخر ہے۔ میں تمام لڑکیوں کے اسکول جانے کے حق میں ہوں۔

ملالہ کو مبارک باد دیتے ہوئے پاکستان میں کئی لوگوں کا خیال ہے کہ ملالہ سے پہلے پاکستان کے عالمی شہرت یافتہ سوشل ورکر محترم عبدالستار ایدھی کو یہ انعام دیا جانا چاہیے تھا۔ عبدالستار ایدھی پاکستان کی حد درجہ قابلِ احترام شخصیت ہیں۔

انہوں نے اپنی پوری زندگی ایدھی سینٹرز کے ذریعے عوام الناس کی خدمت کے لیے وقف کردی ہے۔

اس وقت پاکستان میں اور آزاد کشمیر کے کئی شہروں میں 1000 سے زائد ایدھی سینٹرز اور چھ بڑے ایدھی ہومز، ذہنی مریض خواتین کا سب سے بڑا اسپتال، مردہ خانہ، کینسر اسپتال موجود ہے۔

بہر حال نوبل انعام دینے والی کمیٹی کے اپنے معیارات ہیں۔

جس مہینے ملالہ کو عالمی سطح پر سب سے زیادہ معتبر انعام نوبل پرائز سے نوازا گیا۔ اسی مہینے کراچی میں مسلح ڈاکوؤں نے جناب عبدالستار ایدھی کے کنپٹی پر پستول رکھ کر امانتار کھوایا گیا سونا اور غیر ملکی کرنسی لوٹ لی۔

86 سالہ عبدالستار ایدھی شوگر اور گردے کے عارضے کے باعث شدید علیل ہیں ہفتے میں دو مرتبہ ان کے گردوں کا ڈائیلائز ہوتا ہے۔ لیکن علالت کے باوجود وہ زیادہ وقت اپنے دفتر میں گزارتے ہیں۔ اتوار 19 اکتوبر کو ایدھی ہیڈ آفس میں ڈکیتی کی واردات کے بعد عبدالستار ایدھی بہت افسردہ ہیں۔ ان کا کہنا ہے کہ آٹھ مسلح ڈاکوؤں نے اسلحہ کے زور پر مجھے اور یہاں موجود رضاکاروں کو یرغمال بنالیا۔ ملزمان نے مجھ سے الماریوں کی چابیاں مانگی۔ میں نے کہا کہ لاکر کی چابیاں بیگم بلقیس ایدھی کے پاس ہیں۔ ملزمان نے بغیر کسی خوف کے آدھا گھنٹہ انتظار کرنے کے بعد اطمینان سے لاکر توڑ کر سونا اور کیش لے کر فرار ہوگئے۔ عبدالستار ایدھی کا کہنا ہے میں سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ ساری زندگی انسانی خدمت میں وقف کرنے کے بعد میرے ساتھ ایسا ہوگا۔ میرے گھر میں آکر اس طرح لوٹ مار کی جائے گی۔ انہوں نے نہایت افسردہ لہجے میں کہا کہ میرا دل ٹوٹ گیا ہے۔

عبدالستار ایدھی کو کئی مرتبہ سیکورٹی کی پیشکش کی گئی تو انہوں نے کہا کہ مجھے سیکورٹی کی ضرورت نہیں ہے۔ میں عوامی آدمی ہوں۔ صبح اپنے دفتر میں بیٹھتا ہوں۔ آنے جانے والے لوگ سلام کرتے ہیں۔ مجھے چندہ بھی دیتے ہیں۔ مجھے ضرورت ہوتی ہے تو میں سڑکوں پر بھیک مانگتا ہوں۔ میری سیکورٹی کے بجائے عوام کو سیکورٹی دو۔ انہوں نے کہا کہ میں نے تحریری طور پر لکھ کر پولیس کی سیکورٹی واپس کردی۔

سوشل میڈیا پر ایک پیغام میں کہا گیا کہ ذرا سوچیں اگر ایدھی نوبل انعام جیت جاتے اور وہ ان کے سینٹر سے چوری ہو جاتا تو کیا ہوتا....؟

ابھی پاکستانی قوم اپنی ایک بیٹی کو ملنے والے عالمی ایوارڈ پر مسرتوں کے اظہار کا آغاز ہی کر رہی تھی کہ ایدھی سینٹر پر عبدالستار ایدھی پر ڈاکوؤں کی یلغار نے قوم کو صدمے اور شرمندگی میں مبتلا کر دیا۔

ملالہ یوسف زئی کو نوبل انعام پر مبارک باد....

عبدالستار ایدھی سے ڈکیتی پر اظہارِ افسوس....

گزشتہ قسطوں کا خلاصہ: کچھ عرصہ پہلے ہماری ملاقات شہاب صاحب سے ہوئی. جو ایک پڑھے لکھے معزز تجارت پیشہ شخص ہیں، ماورائی علوم و ٹیلی پیتھی اور جنات کے وجود کے موضوع پر ہم دونوں کے خیالات اور ذوق مشترک تھے، جو ہماری دوستی کا باعث بنے۔ شہاب صاحب نے ہمیں بتایا کہ ان کی جنات سے دوستی ہے اور کئی مرتبہ کاروباری مشکلات سے نکلنے اور کاروبار کی ترقی میں ان کے دوست جنات کی مدد شامل رہی اور کئی مرتبہ انہوں نے بھی جنات کی مدد کی۔ میرے استفسار پر انہوں نے بتایا کہ جنات کے ایک معزز خاندان کا نوجوان زائم، کراچی میں رہنے والی ایک دوشیزہ عیشال پر بُری طرح مر مٹا، دونوں گھرانوں کے والدین اس بات سے پریشان تھے، کراچی کے ایک روحانی بزرگ محترم شاہ صاحب نے اس معاملے کو نمٹانے میں اہم کردار ادا کیا۔ چند شیطانی عمل کرنے والے آدمیوں کی وجہ سے ان کو مشکل بھی پیش آئی۔ اس قصے میں ایک کردار اس کا ایک چیلا بھی ہے۔ جس نے گرو کے چرنوں میں کئی برس اس لیے گزار دیے کہ وہ جادو اور جنات پر قابو پانے کا عمل سیکھ سکے۔ انسانوں کی ایک لڑکی عیشال ایک جن لڑکے زائم کی محبت میں گرفتار ہو جاتی ہے۔ زائم کی مدد سے سلیم احمد کے کاروبار میں خوب ترقی ہوتی ہے۔ کراچی کے ایک جادوگر نے جن قابو کرنے کی خواہش میں زائم پر حملے شروع کیے اور آخر کار اسے قید کرنے میں کامیاب ہو گیا۔ سامری جادوگر زائم پر مکمل قابو پانے کے لیے چاند میاں کو زائم کا روپ دے کر عیشال کے گھر بھیجنے کا ارادہ کرتا ہے۔ شاہ صاحب مراقبہ کے ذریعے معلوم کرتے ہیں کہ سلیم احمد اور ان کی فیملی پر جادوئی عملیات کیے گئے ہیں۔ شاہ صاحب سلیم احمد کو رہائش تبدیل کرنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ دوسری جانب زائم کی گمشدگی سے جنات کے قبائل میں تشویش پائی جاتی ہے۔ سامری زائم سے ایک سودا کرتا ہے۔ سلیم احمد، شاہ صاحب کے کہنے پر ایک اپارٹمنٹ کرائے پر لے لیتے ہیں۔ سامری زائم کو کچھ شرائط پر اپنی خیریت سے آگاہ کرنے کے لیے جنات کی بستی میں لے جاتا ہے۔ جہاں زائم جنات کے ایک قبیلے کے سردار سے کہتا ہے کہ میری خیریت سے میرے گھر والوں کو آگاہ کر دیا جائے۔ زائم اپنی کی خبر اپنے قبیلے والوں تک پہنچاتا ہے۔ دوسری طرف سلیم احمد سخت بیمار ہو جاتے ہیں۔ شاہ صاحب ان پر دم کرتے ہیں تو شاہ صاحب کی حالت بھی خراب ہو جاتی ہے۔ جنات کے ایک سردار سے زائم کی خبر ان کے قبیلہ والوں تک پہنچتی ہے۔ ساتھ ہی یہ اطلاع بھی ملتی ہے کہ اسے ڈھونڈا نہ جائے۔ زائم کے گھر والے اس کی تلاش کے لیے شاہ صاحب کے پاس جانے کا فیصلہ کرتے ہیں۔ جنات کی ایک جماعت نے شاہ صاحب کے منتظم درس شیخ عبدالعزیز سے ملاقات کی۔ شیخ عبدالعزیز نے اپنے ایک بھائی کی معرفت جنات کی ملاقات جمیلہ بیگم سے بھی کروائی۔ جمیلہ بیگم سے چند سوالات کر کے وہ جنات سلیم احمد کے پرانے مکان تک پہنچے اس

مکان سے زائم کے چند نشانات ملے۔ یہ بھی تصدیق ہوئی کہ سلیم احمد کو جادو کا نشانہ کہاں بنایا گیا تھا۔ سلیم احمد کئی دنوں سے
ہسپتال میں ماہر ڈاکٹروں کی نگرانی میں زیر علاج تھے لیکن ان کی حالت ٹھیک نہیں ہو رہی تھی۔ دوسری جانب چاند میاں سامری
جادوگر کے کسی گندے عمل کے لیے ایک کالی بلی پکڑ لاتا ہے.... جنوں کو زائم کے بارے میں چھوٹے چھوٹے کچھ سراغ ملتے
ہیں۔ چاند میاں شیطان کو خوش کرنے کے لیے بخوشی گندے کاموں پر راضی ہو جاتا ہے۔ شاہ صاحب کی طبیعت بہتر ہوئی تو
انہوں نے لوگوں سے عام ملاقات شروع کر دی۔ جنات کے بزرگ فرزون نے زائم کی تلاش کے لیے شاہ صاحب سے مدد کی
درخواست کی، شاہ صاحب نے شیخ عبدالعزیز کی زیر قیادت چند افراد پر مشتمل ایک ٹیم فرزون اور جنات کے ساتھ روانہ کر دی۔
دوسری جانب ماہر ڈاکٹروں کی کوششوں کے باوجود سلیم احمد کی بیماری تشخیص نہیں ہو رہی تھی۔ ادھر جنات شیخ العزیز کی ٹیم
سامری کے ساتھ ٹھکانہ پر پہنچنے میں کامیاب ہو جاتی ہے اور انہیں گمان ہوتا ہے کہ زائم یہاں ہی موجود ہے۔ شمعیان کے ساتھی
جنات کوارٹر میں موجود تھے۔ سامری زخمی پرندے کی طرح پھڑ پھڑا رہا تھا پھر سامری کی مدد کو کچھ جادوگر بھی پہنچ گئے مگر یہ
جادوگر جنات کے ہاتھوں زخمی ہو کر وہاں سے بھاگ گئے، زائم کو وہاں سے بازیاب کرا لیا گیا۔ سامری کو معاف کرنے یا سزا
دینے پر شاہ صاحب اور جنات کے وفد میں کافی مباحثہ ہوا بالآخر جنات نے شاہ صاحب کی بات مان لی۔ شاہ صاحب نے فرمایا تھا کہ
ان جادوگروں سے حساب قدرت لے گی۔ عیشال زائم کی جدائی میں بیمار و کمزور سی لگنے لگی تھی۔ سلیم احمد اور جمیلہ بیگم نے اسے
شاہ صاحب کے پاس لے جانے کا فیصلہ کیا۔ ادھر زائم بھی عیشال سے ملنے کو بے چین تھا۔ وہ شاہ صاحب کی خانقاہ میں پہنچا اور شیخ
عبدالعزیز سے ملا۔ شاہ صاحب نے جمیلہ بیگم کی زبانی ساری باتیں سن کر عیشال کو وہاں علاج و معالجے اور مشوروں کی خدمات
سرانجام والی آپا نسرین سے ملنے کو کہا۔

قسط نمبر 35

دیکھو عیشال .... !محبت ایک امتحان بھی ہے۔ ایسا امتحان جو محب اور محبوب دونوں سے لیا جاتا ہے۔ اس امتحان سے بخوبی گزرنے کے لیے تحمل اور صبر کی ضرورت ہوتی ہے۔

کتنا صبر کروں آپا....؟ اپنے پیارے کا گم ہو جانا کتنی اذیتیں دیتا ہے یہ کوئی مجھ سے پوچھے۔

ہاں واقعی.... دکھوں اور مصیبتوں کی تکلیف انہیں سہنے والے ہی جانتے ہیں لیکن بیٹا میں پھر بھی یہی کہوں گی کہ صبر کرو اور یقین رکھو کہ تم جلد ہی اس سے دوبارہ ملو گی۔

کیسے ملوں گی....؟ کب ملوں گی....؟

دیکھو بیٹا....! جو لوگ سچے دل سے ایک دوسرے کو چاہتے ہیں قدرت خود بھی ان کی مدد کرتی ہے۔

آپ ٹھیک کہہ رہی ہیں آپا.... شاہ صاحب کا ہمارے معاملے میں دلچسپی لینا بھی قدرت کی مدد ہی تو ہے۔

مجھے ایک بات پر تھوڑی حیرت بھی ہو رہی ہے اور خوشی بھی.... آپا نسرین نے عیشال کی طرف بہت شفقت بھری نظروں سے دیکھتے ہوئے کہا

آپا.... کس بات پر....

تم ایک کم عمر لڑکی ہو۔ زمانے کے نشیب و فراز سے تم ابھی نہیں گزری ہو لیکن تمہاری سوچ بڑوں کی طرح ہے۔ تم معاملات کی گہرائی کو بہت جلد سمجھ جاتی ہو اور تمہارا ردعمل سمجھداری والا ہوتا ہے۔

اوہ.... میری اچھی آپا.... آپ نے مجھے اتنی

توجہ سے دیکھا۔ مجھے سمجھا، آپ کا بے حد شکریہ، یو آر کائنڈ اینڈ سو سوئیٹ....

آپ میرے جذبات کو بھی خوب سمجھتی ہوں گی۔

ہاں بیٹی.... مجھے یقین ہو رہا ہے کہ تمہاری محبت سچی اور خالص ہے۔

آپا.... زائم مجھے اپنے وجود سے بھی زیادہ پیارا ہو گیا ہے۔

اسی لیے تو میں کہہ رہی ہوں عیشال کہ تمہاری محبت سچی اور خالص ہے۔ محب کے لیے محبوب کی ہستی خود اپنے وجود سے بڑھ کر عزیز ہو جاتی ہے۔

میں تو بس ہر وقت صرف زائم کو ہی سوچتی ہوں۔

سچی محبت دل پر اسی طرح اثر انداز ہوتی ہے۔ زندگی کی امنگوں، آرزوؤں، تمناؤں کا مرکز ایک شخص ہو جاتا ہے۔ تصورات اور خیالات میں اسی کا بسیرا ہوتا ہے۔ چاہتوں کا مرکز وہی ہستی ہوتی ہے۔

محبوب کی دم بھر کی ایک نظر ہی زندگی بھر ساتھ رہنے والی خوشی عطا کر دیتی ہے اور جسے محبوب کا ساتھ مل جائے اُس کے نصیب اور اس کی خوشیوں کا تو کیا ٹھکانہ.... کسی کی محبت سے سرشار ہر انسان اپنی ساری زندگی اپنے محبوب کے ساتھ گزارنا چاہتا ہے۔

میرے دل میں جب سے زائم کی محبت نے بسیرا کیا ہے میرے سوچنے سمجھنے کے انداز بدل گئے ہیں۔ زائم نے مجھے بہت خوشیاں تو دی ہی ہیں اس نے میری شخصیت کو بھی بدل دیا ہے۔

تم ٹھیک کہہ رہی ہو عیشال.... عورت ہو یا مرد محبت ہر وجود پر اثر انداز ہوتی ہے۔ محبت خوشیاں عطا کرتی ہے۔ سوچ کو گہرائی اور قلب کو وسعت عطا کرتی ہے۔ جذبہ محبت سے سرشار لوگ نرم خو اور شیریں کلام ہو جاتے ہیں۔ وہ دوسروں کا درد جاننے والے بن جاتے ہیں۔

زائم کی محبت میرے لیے زندگی ہے۔ میں اس کے بغیر ادھوری ہوں۔

عیشال کی یہ بات سن کر آپا نسرین بولیں کہ محبت کا جذبہ مرد اور عورت دونوں پر اثر انداز ہوتا ہے لیکن محبت کے معاملے میں صنف نازک کے احساسات مرد کے احساسات سے زیادہ شدید اور زیادہ طاقت ور ہوتے ہیں۔

ایک سچی عورت کا جذبہ محبت تقدس کا رنگ لئے ہوتا ہے۔ سچی عورت اپنے جذبوں کو خالص اور پاکیزہ رکھتی ہے۔ وہ جس سے پیار کرتی ہے اسے اپنے من میں بٹھا کر ساری کھڑکیاں اور دروازے بند کر دیتی ہے۔

آپ نے بالکل ٹھیک کہا.... آپ ایک عورت ہیں اس لیے عورت کے جذبات اور احساسات کو خوب سمجھتی ہیں۔ آپ میری حالت کو سمجھ رہی ہیں نا.... زائم میرے لیے سب کچھ ہے اس کے بغیر میں کچھ بھی نہیں ہوں۔ میں ہمیشہ زائم کی رہوں گی۔

ہاں عیشال....! میں جانتی ہوں کہ عورت کے من میں ایک دیپ جلتا ہے اور عورت محبت کے اس دیپ کو کبھی بجھنے نہیں دیتی اور نہ ہی اس کی روشنی مدھم ہونے دیتی ہے۔ اپنے من میں کسی کی محبت کے دیپ کو جلائے رکھنے کے لیے، اس کی روشنی کو برقرار رکھنے کے لیے عورت کسی بھی ایثار سے دریغ نہیں کرتی۔

آپا نسرین ایک معصوم سی لڑکی عیشال کی باتیں

پوری توجہ سے سن رہی تھیں، ساتھ ہی اپنے احساسات اور تاثرات سے اسے آگاہ بھی کرتی جا رہی تھیں۔ اس دوران ایک خادمہ نے آکر آپا کو بتایا کہ شیخ عبدالعزیز ان سے ملنا چاہتے ہیں۔

آپا کمرے سے اٹھ کر باہر آگئیں۔ شیخ عبدالعزیز اپنے کمرے کے باہر برآمدے میں چند شاگردوں کے ساتھ بیٹھے ہوئے تھے۔ آپا نسرین ان کے پاس گئیں۔ سلام دعا ہوئی۔ شاگرد وہاں سے اٹھ کر دوسری طرف جا کر بیٹھ گئے۔

آپا.... شاہ صاحب نے مجھے اور آپ کو ایک خاص کام سونپا ہے۔

اچھا.... خاص کیوں.... عیشال جس لڑکے سے محبت کرتی ہے وہ لڑکا کافی عرصے سے لاپتہ ہے۔ اس کی جدائی سے عیشال سخت پریشان ہے مگر یہ فطری احساسات ہیں اور ایسے واقعات اکثر سننے میں آتے ہیں۔ آپ کو یہ خاص کام کیوں لگا....؟

آپا.... بات صرف اتنی سی نہیں ہے۔ معاملہ صرف اتنا نہیں کہ زائم عیشال سے بچھڑ گیا ہے۔ یہ دونوں تو آج ہی ایک دوسرے سے مل سکتے ہیں۔

اچھا.... تو پھر.... مسئلہ آخر ہے کیا....؟ آپا نسرین نے بہت حیرت کے ساتھ پوچھا

آپا.... میں نے آپ کو بتایا ہے کہ شاہ صاحب نے ہمیں ایک خاص کام سونپا ہے اور آپ نے پوچھا کہ یہ کام خاص کیوں ہے۔

جی....

دیکھیے آپا.... عیشال کا معاملہ سادہ نہیں ہے۔ مجھے معلوم ہے کہ عیشال ایک سچی لڑکی ہے۔ مجھے عیشال کے جذبات اور احساسات کی بھی قدر ہے لیکن....

شیخ عبدالعزیز خاموش ہو گئے۔

انہیں خاموش دیکھ کر آپا نسرین نے کہا

مناسب سمجھیں تو مجھے بتائیں کہ معاملہ آخر ہے کیا....؟

آپا.... عیشال جس لڑکے کی محبت میں ہے وہ لڑکا انسان نہیں، ایک جن ہے۔

کیا........؟

جی محترم بہن....!

اوہ.... عیشال نے تو زائم کی محبت میں خود کو جیسے فنا کیا ہوا ہے۔ اچھا.... یہ بتایئے کہ زائم نے اپنی حقیقت عیشال سے کس طرح چھپائی....؟ عیشال تو بتاتی ہے کہ وہ کئی بار زائم سے مل چکی ہے۔

آپا.... زائم انسانی روپ میں عیشال سے ملنے آتا تھا اور انسانی روپ میں زائم کی ملاقات عیشال سے کبھی بھی چند منٹوں سے زیادہ نہیں ہوئی ہوگی۔

اوہ.... اچھا.... تو اب اس مسئلے کا حل کیا ہے....؟ آپا نسرین نے شیخ عبدالعزیز سے پوچھا

اس مسئلے کا حل یہ ہے کہ حقیقت کو تسلیم کر لیا جائے۔ آپ عیشال سے بات کر لیں۔

عیشال کو یہ بات کیسے بتائی جائے....؟ اسے حقیقت کا علم ہو گا تو اس کا ردعمل کیا ہو گا....؟ کیا وہ ڈر جائے گی....؟

یہ معلوم ہونے پر کہ زائم ایک جن ہے اگر عیشال ڈر جائے تو پھر تو اس معاملے کو نمٹانا بہت آسان ہو گا۔ پھر تو ہمیں صرف زائم کو ہی سمجھانا ہو گا۔

دیکھیے.... میں کوشش کرتی ہوں۔ میرے لیے یہ ایک انوکھا کیس ہے۔ میں نے بہت پیچیدہ نفسیاتی

مسائل سنے ہیں لیکن یہ تو بالکل ہی الگ معاملہ ہے۔

جی آپا.....

آپا نسرین اٹھ کر اپنے کمرے میں چلی گئیں۔ شاگرد دوبارہ شیخ عبدالعزیز کے پاس آگئے۔

سامری سے ہنگامہ آرائی اور زائم کے خانقاہ آنے جانے کی وجہ سے زائم اور عیشال کا معاملہ خانقاہ کے کئی افراد کے علم میں تھا۔

شیخ ایک سوال پوچھوں.....

ہاں بیٹا..... ضرور پوچھو..... سوال نہیں پوچھو گے تو دائرہ علم میں توسیع نہیں ہو گی۔

شکریہ شیخ صاحب..... ازارہ کرم یہ بتایئے کہ جب انسان اور جن آپس میں مل نہیں سکتے تو پھر ان کے درمیان محبت کیوں پروان چڑھ جاتی ہے.....؟

انسانوں میں جنات سے محبت پروان نہیں چڑھتی البتہ جنات میں انسانوں کے لیے محبت پروان چڑھ جاتی ہے۔ کئی جنات آدمیوں میں کشش محسوس کرنے لگتے ہیں۔

کیا جنات کے مرد ہی انسانوں کی خواتین میں کشش محسوس کرتے ہیں.....؟

نہیں..... کبھی جنات کی کچھ عورتیں بھی انسانوں میں سے بعض مردوں کی طرف کھنچتی ہیں۔

ایسی صورت میں کیا ہوتا ہے.....؟

جنات کی عورت چاہتی ہے کہ آدمی اس کی طرف متوجہ ہو، اس کی چاہت کا جواب دے۔

آدمی جن عورت کی توقعات پوری نہ کرے تو.....؟

پھر یا تو وہ جن عورت خاموشی سے الگ ہو جاتی ہے یا اس آدمی کی راہ میں رکاوٹیں ڈالنے کی کوشش کرتی ہے۔

رکاوٹیں..... ! کیسی رکاوٹیں.....؟

مختلف باتیں ہو سکتی ہیں، جنات کو یہ بھی صلاحیت ملی ہوئی ہے کہ وہ آدمیوں کے دل میں وسوسے ڈال سکتے ہیں۔ جنات کسی سے ناراض ہوں یا کوئی اور وجہ ہو تو کوئی ایک جن یا کئی جنات آدمی کے دل میں وسوسے ڈالتے ہیں، انہیں ذہنی الجھنوں میں مبتلا کرنے کی کوشش کرتے ہیں، آدمی کی نیند ڈسٹرب کرتے ہیں، اسے خوف زدہ رکھنا چاہتے ہیں۔

کوئی جن عورت غصے میں آکر کبھی کسی آدمی کو بیمار ڈالنے کی کوشش بھی کر سکتی ہے

اچھا..... ! کس طرح کی بیماری.....؟

زیادہ تر مرد کی ازدواجی اہلیت کو نشانہ بنایا جاتا ہے۔

کوئی عورت جن مرد کو رسپانس نہ دے تو پھر.....؟

ایسا ہو تو بعض جن اپنا غصہ نکالنے کے لیے عورتوں کے ذہن پر حاوی ہونے کی کوشش کرتے ہیں۔ انہیں وسوسوں میں اور ذہنی انتشار میں مبتلا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔ جن کے اثرات کی وجہ سے کسی عورت میں ہسٹیریا جیسی علامات بھی ظاہر ہو سکتی ہیں۔

شاگرد شیخ عبدالعزیز کی باتیں توجہ سے سن رہے تھے۔ ایک شاگرد نے پوچھا

شیخ صاحب..... ! ہسٹیریا ایک طبی مسئلہ ہے یا جنات کے اثرات ہیں.....؟

ایسی کئی علامتیں جنہیں لوگ عام طور پر اثرات قرار دیتے ہیں درحقیقت کوئی جسمانی یا نفسیاتی بیماریاں ہوتی ہیں تاہم ہسٹیریا یا دماغی خلل کے بعض

واقعات کا سبب انسانی ذہن پر جنات کے اثرات بھی ہو سکتے ہیں۔

یہ بات سن کر ایک شاگرد نے کہا
خانقاہ میں روزانہ مختلف مریض آتے ہیں۔ ان میں مرگی کے مریض بھی شامل ہوتے ہیں۔ شیخ صاحب.... یہ فرمائیں کہ کیا مرگی کے دورے بھی جنات کی کارستانی ہوتے ہیں....؟

مرگی ایک دماغی بیماری ہے۔ جنات کے اثرات کی بعض علامات مرگی کے دروں سے ملتی ہیں لیکن مرگی کے مرض کا تعلق جنات یا کسی اوپری سائے سے نہیں ہے۔ مرگی ایک بیماری ہے اور اس کا طبی علاج کروانا چاہیے۔

❖❖❖❖

آپا.... میرا دل کہہ رہا ہے کہ شیخ صاحب نے آپ سے میرے بارے میں ہی بات کی ہے۔

تمہارے دل کی گواہی سچی ہے بیٹی....

سچ.... !اتو پھر جلدی بتائیں نا شیخ صاحب نے کیا کہا ہے۔

تفصیل تو میں تمہیں بعد میں بتاؤں گی۔ پہلے تو تمہیں یہ بتانا ہے کہ زائم بالکل خیریت سے ہے اور تم جلد اُسے اپنے سامنے پاؤ گی۔

سچ آپا....؟ کچھ بے یقینی، کچھ خوشی کے عالم میں عیشال بے خود ہو کر آپا نسرین سے لپٹ گئی اور پھر آنسو لڑیاں بن کر اس کی آنکھوں سے بہنے لگے۔

جب زائم مجھے ملے گا تو میں اسے کہوں گی کہ اب دور رہنے کی تاب مجھ میں نہیں ہے۔ تم جلدی سے اپنے گھر والوں کو لے کر آؤ اور اپنی دلہن بنا کر مجھے ساتھ لے جاؤ....

(جاری ہے)

❖❖❖❖

ایس ایچ ہاشمی مرحوم کی اہلیہ، محمود ہاشمی اور مسعود ہاشمی کی والدہ انتقال کر گئیں

اناللہ وانا الیہ راجعون

آرٹس کونسل کے سابق نائب صدر پاکستان میں ایڈورٹائزنگ کی دنیا کے پایونیئر اور پاکستان ایڈورٹائزنگ ایسوسی ایشن کے سابق صدر ایس ایچ ہاشمی مرحوم کی اہلیہ، آرٹس کونسل کے سابق نائب صدر مسعود ہاشمی (اورینٹ کمیونی کیشنز) اور سید محمود ہاشمی (اورینٹ ایڈورٹائزنگ) کی والدہ کا کراچی میں بروز جمعرات مورخہ 23 اکتوبر انتقال ہوگیا۔

مرحومہ کی عمر 75 سال تھی۔ لواحقین میں 2 بیٹے اور 3 بیٹیاں ہیں مرحومہ کی نماز جنازہ میں اے پی این ایس کے عہدیداران اور سیاسی و سماجی شخصیات کے علاوہ عزیز و اقارب اور کثیر تعداد میں احباب نے شرکت کی اور مرحومہ کی مغفرت کے لیے دعا کی کہ اللہ تعالیٰ انہیں جوارِ رحمت میں جگہ عطا فرمائے اور سوگوار خاندان کو اس سانحہ پر صبر جمیل عطا فرمائے۔

ادارہ روحانی ڈائجسٹ مرحومہ کے انتقال پر ان کے اہل خانہ کے ساتھ تعزیت کا اظہار کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ مرحومہ کی مغفرت ہو، انہیں جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا ہو۔ پسماندگان کو صبر عطا ہو۔ آمین

غیبی آوازیں

گاؤں کی ایک نوجوان ان پڑھ لڑکی نے وہ کارنامے سرانجام دئے جو اس دور کے بادشاہ، پادری اور سپہ سالار بھی نہ کر پائے۔

فرانس کی تاریخ میں جون آف آرک (Joan Of Arc) کا نام انتہائی اہم مقام کا حامل ہے۔ اس لڑکی نے پندرھویں صدی میں جنگ کے دوران ایسے کارنامے انجام دیئے جنھیں پڑھ کر عقل دنگ رہ جاتی ہے۔ اس نے فرانس کو غیر ملکی تسلط سے آزاد کرایا اور مغربی یورپ کی تاریخ بدل کر رکھ دی۔

جون آف آرک 6 جنوری 1412ء میں فرانس کے ایک گاؤں ڈیمریمی میں پیدا ہوئی۔ جون آف آرک نے جب ہوش سنبھالا تو اس وقت فرانس کی انگریزوں سے 1337ء میں شروع ہوئی جنگ جاری تھی۔ فرانس کے کئی علاقے انگریزوں کے قبضے میں تھے۔ جون آف آرک کا دعویٰ تھا کہ اُسے خواب میں احکامات ملتے ہیں، سینٹ اور روحانی شخصیات اسے کہتی ہیں کہ اپنے وطن کو آزاد کراؤ۔

جون نے فرانسیسی فوج کی قیادت کی اور کئی فتوحات حاصل کیں۔ اس نے پیرس کو بھی انگریزوں کے قبضے سے آزاد کرایا۔ وہ بہت دلیر اور بہادر لڑکی تھی۔ پھر وہ ہوا جو ہمیشہ ہوتا آیا ہے۔ جون آف آرک کے کئی حاسدین پیدا ہوگئے۔ جنھوں نے چارلس ہفتم (ولی عہد فرانس) کو جون آف آرک کے خلاف بھڑکایا تھا۔ چارلس ہفتم کے سر پر بادشاہت کا تاج سجانے میں جون آف آرک نے اہم کردار ادا کیا تھا۔ سازشیوں نے جون آف آرک کو دس ہزار فرانک میں انگریزوں کو بیچ دیا۔

انگریزوں نے اپنے طور پر جون کے خلاف مقدمہ چلا کر اسے جھوٹا قرار دیا کہ اسے خواب میں الہامی نہیں بلکہ شیطانی احکامات ملتے تھے۔ ایک عورت کے طور پر اس کا بال کٹوا کر، مردانہ لباس پہن کر جنگ کرنا اور روحانی شخصیات سے رابطوں کے دعووں کو جھوٹا قرار دے کر سزائے موت کا حکم سنایا گیا، انگریزوں نے اسے دوبار زندہ جلایا اور اس کے بعد اس کی راکھ کو دریا میں بہادیا۔ لیکن کئی برسوں بعد جب فرانس کی تاریخ نے کروٹ بدلی اور جون آف آرک کے مقدمے کی نظر ثانی کی گئی تو عدالت نے متفقہ طور پر اسے بے گناہ قرار دیا اور سرکاری طور پر اسے وطن پر قربان ہونے والی تسلیم کیا گیا۔

کئی صدیوں کے بعد کیتھولک چرچ نے بھی اسے معصوم اور بے گناہ قرار دے کر ایک سینٹ قرار دیا۔ فرانس میں اب جون آف آرک کو سینٹ جون آف آرک کے نام سے پکارا جاتا ہے۔ زیارت کے لیے اس کے گھر کو بھی عجائب گھر میں تبدیل کر دیا گیا جہاں اب لوگوں کی کثیر تعداد جاتی ہے۔

جلانے کے لیے لکڑیاں چنتے چنتے وہ ٹھٹکی۔ کون ہے....؟ کیا کہہ رہا ہے....؟ کس سے کہہ رہا ہے....؟ اس نے کان لگادیے۔ صبح کا پیغام سورج مشرق سے بلند پہاڑ کے پیچھے سے آہستہ آہستہ سر اٹھا رہا تھا۔ اس کی نارنجی کرنیں درختوں کے پتوں پر جھلملا رہی تھیں۔ پرندے اپنے گھونسلوں سے محنت کش انسانوں کی طرح تلاش معاش میں نکل گئے تھے۔ جنگل پر سکوت طاری تھا۔ اس گھمبیر خاموشی میں ایک اجنبی آواز انجانی زبان میں سرسرا رہی تھی۔ سرگوشیاں اس لڑکی کی سماعت سے ٹکرا رہی تھیں جس نے ابھی عمر کے تیرہویں سال میں قدم رکھا تھا۔ یہ سرگوشیاں اس کی معصوم سمجھ میں نہیں آرہی تھیں۔

اس نے سوچا پتوں کی سرسراہٹ ہوگی لیکن ہوا بند تھی۔ ایک پتا بھی ہل نہیں رہا تھا۔ پھر اس نے سوچا جھینگر یا ٹڈے پھڑپھڑا رہے ہوں گے۔ گلہریاں کسی چیز کو کتر رہی ہوں گی یا پھر کسی جانور کا بچہ بھوک سے بلبلا رہا ہوگا لیکن.... اس قسم کی کوئی بھی آواز پہلے کبھی اس کے کانوں میں نہیں اتری تھی۔ پھر یہ بھی تھا کہ جسے وہ سن رہی تھی، وہ انسانی آواز تھی گو زبان نامانوس تھی۔ سمجھ میں نہ آنے والے الفاظ تواتر سے اس کے کانوں میں سرسرا رہے تھے۔ اب اس کے حواسوں پر خوف چھانے لگا تھا۔

کہیں کوئی بھٹکی ہوئی بدروح تو جنگل میں نہیں آگئی ہے....؟ آسیب نے کسی درخت پر بسیرا تو نہیں کرلیا ہے....؟ شیطانی طاقت تو اس جنگل میں وارد نہیں ہوگئی ہے....؟ یہ سوالات اس کے دماغ میں اس لیے گردش کرنے لگے کہ وہ بچپن سے ہی بڑی بوڑھیوں سے بدروحوں، بھوتوں پریتوں، آسیبوں اور شیطانی قوتوں کے قصے سنتی آئی تھی۔ گاؤں کے قریب اس جنگل میں وہ دو برسوں سے ہم جولیوں کے ساتھ اور کبھی اکیلی آتی رہی تھی۔ پہلے کبھی پراسرار سرگوشیاں اسے سنائی نہیں دی تھیں۔ گاؤں کی بڑی بوڑھیوں اور سرد و گرم چشیدہ لوگوں کے مطابق کبھی بھی کوئی بدروح گھومتے پھرتے کسی آبادی میں آسکتی تھی۔ کسی بھی وقت کوئی آسیب کسی جنگل میں رین بسیرا کرنے آسکتا تھا۔ شیطانی قوتیں اپنا زور کبھی بھی، کہیں بھی دکھا سکتی تھیں۔ خیالوں کی یلغار میں اس نے جمع کی ہوئی لکڑیوں کا جلدی جلدی گٹھا بنایا اور اسے اٹھا کر تیز تیز قدموں سے گاؤں کی طرف روانہ ہوئی۔

اس نے اس عجیب بات کا ذکر گھر میں کسی سے نہیں کیا۔ اگر کرتی تو ماں اسے جنگل میں جاکر لکڑیاں لانے سے منع کردیتی۔ ایک تو اس کی آزادی سلب ہوجاتی، جنگل کی کیف آور ہواؤں اور سرور بخش نظاروں میں اس کا دل بہت لگتا تھا۔ دوسری بات یہ تھی کہ اس کی جگہ اس کی ماں کو جنگل سے لکڑیاں لانے جانا پڑتا اور یہ بات اسے گوارا نہیں تھی۔ وہ اپنی ماں کو تکلیف نہیں دینا چاہتی تھی۔ اپنی ماں کے آرام کا اسے بہت خیال تھا۔ وہ مضبوط کاٹھی کی صحت مند لڑکی تھی، ماں باپ کی اکلوتی اولاد تھی۔ اسکول کے رستے سے اس کے قدم ناآشنا تھے۔ زبان کے ابتدائی حروف سے بھی ناواقف تھی لیکن اسے گفتگو کا سلیقہ تھا۔ وہ ماں باپ کی فرمانبردار اور سعادت مند بیٹی تھی۔ گھر اور باہر کے بیشتر کام اس نے سنبھال لیے تھے۔ باپ کھیتوں میں کام کرتا تھا۔ وہ مرنجان مرنج آدمی تھا۔ اسے کسی قسم کی لت نہیں تھی۔ وہ کھیت میں جاکر بھی باپ کی مدد کرتی تھی۔ گھر میں جھاڑو لگاتی، برتن کپڑے دھوتی، سیتی پروتی اور فارغ وقت میں سوت کاتا کرتی۔ مویشیوں کی دیکھ بھال بھی اس نے اپنے ذمے لے رکھی تھی۔ کام

ڈیمریمی میں موجود جون آف آرک کا آبائی گھر اور وہ گرجا جہاں وہ جاتی تھی۔

کاج، صحت اور رنگ وروپ میں وہ اپنی ہم جولیوں سے ممتاز نظر آتی تھی۔

وہ اتوار کو اپنے باپ کے ساتھ باقاعدہ گرجا جاتی۔ والدین راسخ العقیدہ کیتھولک تھے۔ جنگل کی اس پراسرار صبح کے بعد آنے والے اتوار کو وہ حسب معمول صاف ستھرے کپڑے پہن کر والدین کے ساتھ گرجا گئی اور پادری کا وعظ انہماک سے سننے لگی۔ کچھ ہی دیر گزری تھی کہ اس کے کانوں میں سرگوشیاں ہونے لگیں۔ اس نے گھبرا کر دائیں بائیں دیکھا۔ اس کی ماں اور باپ سر جھکائے پادری کا وعظ سن رہے تھے۔ وہ دونوں ذرا بھی جنبش نہیں کر رہے تھے۔ اس نے سر کو جھکا دیا اور توجہ پادری کے الفاظ پر مبذول کر دی لیکن پادری کے الفاظ اس کے کانوں میں سرسرانے والے الفاظ سے گڈمڈ ہونے لگے۔ اس کا ذہن الجھنے لگا۔

اچانک ایک کرشمے جیسی بات ہوئی۔ اسے سمجھ میں نہ آنے والے الفاظ پُر معنی ہوتے گئے، اسے صاف سنائی دینے لگے جیسے کوئی سامنے بیٹھا ہوا کہہ رہا ہو۔

"فرانس کے تخت و تاج کے جائز حق دار کی مدد کے لیے جاؤ، اسے تخت نشین کراؤ۔ اس کے سر پر حکمرانی کا تاج رکھو۔ یہی تمہاری منزل ہے۔ یہی تمہاری زندگی کا مقصد ہے۔"

یہ سب کون کہہ رہا تھا....؟ کس سے کہہ رہا تھا....؟ اگر مخاطب وہ تھی تو اس کی وجہ کیا تھی....؟ فرانس کے تخت و تاج اور اس کے حق دار سے اس کا کیا واسطہ....؟ وہ کسی کو بادشاہ کیسے بنوا سکتی تھی....؟ وہ تو ایک کم عمر، ان پڑھ کسان زادی تھی۔ اسے تو گاؤں سے باہر کی دنیا کا ذرا بھی علم نہیں تھا۔ اس کی دنیا گھر کی چار دیواری، گاؤں کی گلیوں، کھیتوں اور ڈھور ڈنگروں تک محدود تھی۔ اسے تو یہ بھی معلوم نہیں تھا کہ ملک کا بادشاہ کون تھا....؟ وہ پراسرار آواز اس کے جسم میں کپکپی دوڑا کر آنا بند ہو گئی تھی۔

وعظ ختم ہوا، لوگوں نے قطار لگا کر پادری کے ہاتھوں کو بوسہ دیا، اس سے دعائیں لیں۔ اعتراف کرنے والے کنفیشن باکس میں جانے کے انتظار میں بیٹھ گئے۔ باقی لوگ گرجا سے نکلنے لگے۔ کچھ دور جا کر اس نے کپکپاتی ہوئی آواز میں باپ سے پوچھا

"پاپا، فرانس کا بادشاہ کون ہے....؟"

"بادشاہ تو چارلس ہفتم ہے جسے "ڈاؤفن" کہتے ہیں لیکن انگریزوں نے اس سے تخت چھین لیا ہے۔ وہ چینون میں محصور ہو کر رہ گیا ہے۔"

وہ ان پڑھ ضرور تھی لیکن سمجھدار تھی۔ کتابوں سے بے بہرہ ہونے کے باوجود بے شعور نہیں تھی۔ باپ کا جواب سن کر خاموش ہو گئی لیکن یہ سمجھنے سے قاصر رہی کہ اس بے مایہ ہستی سے بادشاہ کی مدد کرنے اور اسے تخت دلوانے کے کون تھا....؟ اس سے یہ بات کہنے کا مقصد کیا تھا....؟

گھر آ کر وہ مختلف کاموں میں لگ گئی لیکن اس

پراسرار پیغام کی صدائے بازگشت اس کے کانوں میں گونجتی رہی۔ دل انجانے خوف سے سمٹ سمٹ جاتا تھا۔ ذرا سی آہٹ پر وہ اچھل پڑتی تھی اور ادھر ادھر دیکھنے لگتی تھی۔ دماغ پر رہ رہ کر دھند سی چھا جاتی تھی۔ سارا دن اسی بے کلی کی کیفیت میں گزرا۔

رات آئی تو اپنے کاموں سے فارغ ہو کر بستر پر لیٹ گئی۔ پہلے وہ تھکن کے باعث لیٹتے ہی سو جاتی تھی لیکن جنگل میں پیش آنے والے واقعے کے بعد وہ دیر تک جاگتی رہتی تھی۔ اسے یقین تھا کہ کسی شیطانی طاقت نے اسے پریشان کیا تھا اور وہ شیطان سے امان میں رہنے کے لیے دعائیں مانگتی رہتی تھی۔

جنگل کے خوفناک واقعے کے چوتھے روز گرجا میں وہ اس سے کئی گنا حیران کن کیفیت سے گزری تھی اور اس رات وہ خود کو کانٹوں کے بستر پر محسوس کر رہی تھی۔ اس کے ماں باپ سو چکے تھے۔ گھر کا سکوت اسے ڈس رہا تھا۔ اس نے پہلے کبھی رات کو اکیلے کمرے میں خوف محسوس نہیں کیا تھا لیکن وہ رات اس پر غضب کی بھاری تھی۔ وہ جتنا سوچتی اتنا ہی اس کے ذہن پر دھند کی تہ سی جمتی جاتی۔ انجانے خوف کے سائے زیادہ گہرے ہو جاتے۔

گرجا سے نصف شب کے اعلان کا پہلا گھنٹا بجا تو وہ بے اختیار اٹھ بیٹھی۔ گھنٹا بارہ مرتبہ ہر رات ہی بجتا تھا اور مہینے میں شاید ایک آدھ بار ہی اس کی آنکھ گھنٹے کی آواز سے کھلتی ہو گی اور وہ دوبارہ میٹھی نیند سو بھی جاتی تھی لیکن اس رات پہلے ہی گھنٹے کی ٹن نے جیسے اس کے دماغ پر ضرب لگائی تھی۔ اس کے بعد.... ہر ٹن وہی الفاظ دہرانے لگی جو وہ گرجا میں سن چکی تھی۔ گھنٹے کی بارہویں ٹن تک یہی کیفیت رہی اور وہ بستر پر بیٹھی تھر تھر کانپتی رہی۔ بارہویں ٹن کے ساتھ ہی اس پر غنودگی طاری ہوگئی۔ بے چینی ختم ہوگئی اور وہ سو گئی۔

رات دیر تک جاگنے کے باوجود اس کی آنکھ صبح سویرے کھلی.... وہ ہر روز کی طرح خود کو تازہ دم بھی محسوس کر رہی تھی۔ وہ اپنے معمولات میں لگ گئی۔ وہی کام تھے جو وہ روز کرتی تھی۔ اسے اپنی ایک گائے سے بہت پیار تھا۔ وہ معصوم بھی اپنی مالکہ سے بہت مانوس تھی۔ وہ دودھ دوہنے سے پہلے اسے اپنے ہاتھ سے چارا کھلاتی تھی۔ چھوٹی چھوٹی پولیاں اس کے منہ میں ڈالتی اور وہ منہ چلاتے ہوئے تشکر آمیز نگاہوں سے اسے دیکھتی رہتی۔ چارا کھاتے ہوئے چپڑ چپڑ کی آواز اس کے منہ سے تال میں نکلتی تھی اور لڑکی اس سے محظوظ ہوتی تھی۔

اس روز اس آواز میں اسے الفاظ سنائی دینے لگے۔ اس نے چونک کر کان لگا دیے لیکن ان کا مفہوم اس کی سمجھ میں نہیں آرہا تھا۔ وہ حیرانی سے گائے کے ہلتے ہوئے جبڑوں اور چارا چباتے ہوئے منہ کو دیکھ رہی تھی۔ پہلے تو کبھی اس طرح کا احساس نہیں ہوا تھا کہ گائے کچھ کہہ رہی ہے۔ جانور بولتے کب ہیں....؟ بولتے بھی ہوں گے تو ان کی گفتگو ان کی اپنی زبان میں ہم جنسوں سے ہوتی ہوگی۔ گائے کی آنکھیں اس کے چہرے پر گڑی ہوئی تھیں اور ان سے پہلی مرتبہ اسے خوف محسوس ہونے لگا تھا۔ وہ اس کے پاس سے ہٹ گئی اور خود کو دوسرے کاموں میں مصروف کر لیا لیکن یہ سوچ اس کے ذہن سے نکل نہ سکی کہ گائے اس سے کچھ کہہ رہی ہے۔

دن گزرتے رہے۔ وہ شوخ و شنگ پہلے بھی نہیں تھی لیکن اب اس پر زیادہ گہری سنجیدگی طاری رہنے لگی۔ کوئی بھی کام کرتے کرتے اس کے ہاتھ رک جاتے اور وہ سوچ کی وادیوں میں اتر جاتی۔

کئی ماہ گزر گئے تھے اور کوئی آواز اسے سنائی نہیں دی تھی۔ کوئی لفظ اس کے کانوں میں نہیں اتر تا تھا لیکن اسے دھڑ کا لگا رہتا تھا کہ ایسا دوبارہ ہوگا۔ کوئی نامانوس آواز اس کے کانوں سے ٹکرائے گی۔ کوئی عجیب اور حیران کن پیغام اسے سنایا جائے گا۔ وہ اب بھی جنگل سے جلانے کی لکڑیاں لانے جاتی تھی لیکن اب ہراساں ہرنی کی طرح چوکنا رہتی تھی۔ جلدی جلدی لکڑیاں جمع کرکے لوٹ آتی۔ ڈرے ڈرے قدموں سے جنگل میں داخل ہوتی اور تیز تیز قدموں سے نکل آتی۔ گھر میں بھی وہ کھوئی کھوئی سی رہنے لگی۔ کام وہ سارے کرتی تھی لیکن اس طرح جیسے کوئی جاندار مشین ہو۔ اس کی ماں بے حد سیدھی سادی عورت تھی لیکن اس سے بیٹی کی کیفیت زیادہ عرصے تک چھپی نہ رہ سکی۔

"جون! کیا بات ہے، تم کچھ بیمار ہو....؟ کس فکر میں رہتی ہو....؟ ایک روز اس نے پوچھ ہی لیا۔

اس غیر متوقع سوال سے وہ چونک کر بولی "نہیں ماما، میں بالکل ٹھیک ہوں۔" پھر اس نے کچھ سوچ کر کہا "میں تمہیں بیمار لگتی ہوں ماما....؟ میرے چہرے سے کچھ ظاہر ہوتا ہے....؟"

ماں نے اس کے چہرے کو غور سے دیکھتے ہوئے کہا "تم فکر مند لگتی ہو۔ کوئی بات ہے تو مجھے بتادو" اس سادہ دل عورت کو شاید یہی خیال آیا ہوگا کہ بیٹی کی اٹھتی ہوئی جوانی تو کوئی رنگ نہیں دکھا رہی ہے....؟

ماں کا اس طرح سوچنا غلط بھی نہیں تھا۔ جون چودہ سال کی ہو چلی تھی اور دیہاتوں میں اس عمر کی لڑکیاں شادی کے قابل ہو جاتی ہیں۔ کھلی فضا اور صحت بخش ماحول ان کی نشو و نما اس طرح کرتا ہے کہ وہ اپنی عمر سے زیادہ کی نظر آنے لگتی ہیں۔ تازہ غذا، جفاکشی اور بے فکری انہیں اپنی ماؤں کے برابر لا کھڑا کرتی ہے۔

ڈیمریمی Domremy، لورین Lorraine اور کیمپین Chamagne کی سرحد پر ایک چھوٹا سا شاداب گاؤں وہاں فرانس کے کسی حصے سے کوئی اخبار بھی نہیں پہنچتا تھا۔ لوگ لہو لعب سے دور تھے۔ کھیل تماشے بھی نہیں ہوتے تھے۔

فرانس جاگیر دارانہ استبداد کے شکنجے میں جکڑا ہوا تھا۔ شہروں میں نوکر شاہی کا راج تھا۔ فوجیں سرحدوں پر ایک طرف انگلینڈ اور دوسری طرف جرمنی سے برسر پیکار تھیں۔ روس کی مداخلت بھی جاری تھی۔ کساد بازاری، بدعنوانیوں، انتشار، بے چینی اور بے یقینی کا دور دورہ تھا۔ سرحدیں محفوظ نہیں تھیں۔ اندرون ملک خانہ جنگی کی سی کیفیت تھی، برگنڈین، اور آرماگینگ دونوں گروپ ایک دوسرے کا گلا کاٹ رہے تھے۔ انگریز فوجی دستے سرحدی قصبوں اور قلعوں کو اپنے زیر نگیں کرتے جا رہے تھے۔ بادشاہ چارلس ہفتم المعروف ڈاؤفن Dauphin، ہزیمت خوردہ ہو کر دارالحکومت سے دور دراز کے قصبے چینون Chinon میں قلعہ بند ہو کر رہ گیا تھا۔

جون کی ماں نے بیٹی کی کیفیت باپ کو بتائی تو اس کا ذہن کسی اور سمت دوڑنے لگا۔ یہ تو اسے یقین تھا کہ اس کی نیک سیرت بیٹی عنفوان شباب کے تقاضوں کا شکار نہیں ہوئی ہے۔ اس نے بیوی سے کہا کہ جون اب چھوٹی اور ناسمجھ بچی نہیں ہے۔ وہ حالات دیکھ رہی ہے اور انہیں سمجھ رہی ہے۔ جب گرد و پیش میں اذیت اور تشدد چھایا ہو، فضاؤں میں تباہی اور ہلاکت کے مہیب بادل منڈلا رہے ہوں تو کوئی بھی باہوش فرد خوف گزیدہ ہوئے بغیر نہیں رہ سکتا۔ جون کی طرف سے فکر مند ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ چنانچہ ماں اور باپ دونوں نے اس پر زیادہ توجہ نہیں دی۔ کافی عرصے

سے جون کو بھی کوئی آواز سنائی نہیں دی۔

چھ جنوری 1428ء، جون کی سولھویں سالگرہ کا دن تھا۔ یہ تقریب سادگی سے منائی گئی۔ اس رات کو جب وہ بستر پر لیٹی اور سونے کے لیے آنکھیں موندیں تو ایک سرگوشی نے اسے چونکا دیا۔ اس نے اسے دل کا چور سمجھتے ہوئے کروٹ بدلی۔ دھڑکتے ہوئے دل کے ساتھ وہ دیوار کو دیکھنے لگی پھر جیسے اس کے ذہن میں ابھرنے والا سوال پڑھ لیا گیا۔

"جون! میری بچی...." ایک میٹھا لہجہ اس کے کانوں میں سرسرایا "میں وہ ہوں جسے تم سب سینٹ مائیکل کہتے ہو۔"

وہ ایک جھٹکے سے اٹھ بیٹھی اور ہراساں نگاہوں سے ادھر ادھر دیکھنے لگی۔ بستر سے دور اسٹول پر رکھے ہوئے لیمپ کی ہلکی روشنی کمرے میں پھیلی ہوئی تھی.... کوئی ہیولا یا سایہ بھی نظر نہیں آرہا تھا۔ اسے پھر کان کے پاس سرگوشی سنائی دی اور وہ اچھل پڑی۔ آواز جیسے شہد میں گھلی ہوئی اور دھیمی تھی لیکن الفاظ صاف سنائی دے رہے تھے

"تمہارے وطن کو تمہاری ضرورت ہے۔ اس کڑے وقت میں تم اس کی نجات دہندہ بنو گی۔ میری بچی! تمہیں ایک عظیم کام کے لیے منتخب کیا گیا ہے۔ تخت و تاج پر تباہ کن نحوست کے سائے گہرے ہوتے جارہے ہیں۔ بادشاہ کو تمہاری مدد کی ضرورت ہے۔ تم اس کی مدد کے لیے جاؤ۔ دیر نہ کرو، جاؤ.... جون آف آرک، جاؤ!"

آواز میں تحکم نہیں تھا۔ لہجے میں سختی نہیں تھی لیکن وہ لرزنے لگی۔ اس کے مساموں سے پسینہ پھوٹ نکلا۔ اتنا تو وہ جانتی تھی کہ سینٹ مائیکل کسی برگزیدہ ہستی کا نام ہے۔ اس نے گرجا میں پادری سے وعظ کے دوران میں بارہا ان بزرگ کا تذکرہ سنا تھا۔ لیکن وہ سوچ رہی تھی کہ کیا یہ الفاظ واقعی سینٹ مائیکل کے ہیں....؟ آواز کی سرسراہٹ بند ہوگئی تھی۔ پیغام شاید ختم ہوگیا تھا لیکن وہ الفاظ اب بھی ذہن میں گونج رہے تھے۔ بھونچال لارہے تھے۔ دیر تک بیٹھے رہنے کے بعد وہ لیٹ گئی۔ سونے کی کوشش کرنے لگی لیکن نیند نے جیسے نہ آنے کی قسم کھالی تھی۔ وہ کروٹیں بدلتی، کبھی اٹھ بیٹھتی، کبھی لیٹ جاتی۔ اضطراب کی لہریں اس کے رگ وپے میں دوڑ رہی تھیں۔ اسی طرح اس نے صبح کردی۔ وہ اس خطاب "جون آف آرک" پر خاص طور سے مضطرب تھی۔

وہی آواز اس رات کے بعد کئی مرتبہ اسے سنائی دی۔ جنگل میں لکڑیاں چنتے ہوئے، کھیت میں فالتو گھاس پھونس صاف کرتے ہوئے، گائے کا دودھ دوہتے ہوئے بلکہ گرجا میں بھی۔ اب اسے ان آوازوں، ان الفاظ سے خوف نہیں محسوس ہوتا تھا۔ وہ انہیں سکون سے سننے لگی تھی بلکہ انہیں سننے سے اسے ایک طرح سے طمانیت ہونے لگی تھی۔ الفاظ بدل بدل کر ایک ہی پیغام ہوتا تھا کہ وہ بادشاہ کی مدد کو اور ملک کو دشمنوں سے بچانے کے لیے جائے، لیکن کہاں جائے....؟ کس طرح جائے....؟ کیا کرے....؟ کس سے ملے....؟ ان باتوں کی وضاحت نہیں ہوتی تھی۔

ان ہی دنوں خبریں آئیں کہ انگریز آرلینز Orleans شہر پر قبضہ کرنے کی کوشش کررہے ہیں اگر اس شہر پر انگریزوں کا قبضہ ہوگیا تو سارا جنوبی فرانس دشمن کے ہاتھوں میں چلا جائے گا۔ ان خبروں نے گاؤں میں تہلکہ مچادیا۔ کھیتوں، بازاروں، گھروں میں ہر جگہ گفتگو کا یہی موضوع تھا۔ گرجا میں دعائیں مانگی جانے لگی تھیں۔ ادھر اس آواز کا اصرار بڑھ گیا تھا

کہ جون، بادشاہ کی مدد کو اور ملک کو بچانے کے لیے جائے۔

اچانک ایک رات اس نے دو نئی آوازیں بھی سنیں۔ یہ نسوانی آوازیں تھیں اور یکے بعد دیگرے اس کے کانوں میں اتری تھیں۔

''بچی..... ہمت کرو..... جو تم سے کہا جارہا ہے، ویسا کرو۔ شاباش!''

''بیٹی..... تم پر رحمت ہوئی ہے۔ اس کام سے منہ نہ موڑو۔''

دونوں رس بھرے جملے وقفے سے اس کے ایک ایک کان میں اترے تھے، جیسے کوئی اس کے دائیں بائیں موجود ہو۔ پُرشفقت نسوانی آوازوں سے اسے حیرت ہوئی اور حوصلہ بھی ہوا۔

''کو..... کون ہو تم.....؟'' اس کے کپکپاتے ہوئے ہونٹوں سے بے جان سی آواز نکلی۔

''میں سینٹ کیتھرین ہوں میری بچی!''

''بیٹی، میں سینٹ مارگریٹ ہوں۔''

ان دونوں بزرگ ہستیوں کا تعلق ملحقہ قصبے لورین سے تھا۔ وہاں گرجا بھی ان کے نام سے منسوب تھے۔ جون کو اس کا علم تھا۔

''لیکن میں یہ ناممکن کام کیسے انجام دے سکوں گی.....؟'' وہ روہانسی ہو کر بولی۔

اسے کوئی جواب نہیں ملا۔ گویا دونوں بزرگ ہستیاں اسے سمجھانے آئی تھیں اور اپنا فرض ادا کر کے چلی گئیں۔ وہ شش و پنج میں تھی کہ مانوس آواز کان کے قریب ابھری۔

''مت سوچو، تذبذب میں مت پڑو۔ کمر باندھو اور چل پڑو۔ تمہیں یہ کام کرنا ہے۔ اسے انجام دینے کے لیے تمہیں منتخب کیا گیا ہے۔''

مسلسل ملنے والی ہدایات اور انہیں دینے والی ہستیوں کے احترام و عقیدت کے باعث جون کے ذہن میں انقلابی سوچ کروٹیں لینے لگی تھی۔ وہ بڑی حد تک قائل ہو گئی تھی کہ قدرت کی طرف سے اسے کوئی اہم خدمت تفویض ہوئی ہے۔ اسے کوئی فقید المثال کارنامہ انجام دینا ہے۔ وہ اس کے لیے ہمہ تن تیار ہو گئی تھی۔ تاہم اسے اپنی بے مائیگی کا شدید احساس بھی تھا۔

''میں ایک غریب کسان کی لڑکی ہوں'' اس نے جیسے خلا کو مخاطب کیا ''لکھنا پڑھنا نہیں جانتی، ایک ناتواں جاہل لڑکی مردوں جیسا کام کیسے

کرسکتی ہے....؟"

"یہ سب تمہارے سوچنے کی باتیں نہیں ہیں" جواب ملا...."تم گھر سے چل پڑو۔ واکو لرس Vaucouleurs میں کیپٹن باڈری کورٹ سے ملو۔ وہ تمہیں ڈاؤفن تک پہنچادے گا۔"

آواز بند ہوگئی۔ سکوت چھا گیا۔ جون کو اس کے باپ نے بتایا تھا کہ شاہ چارلس ہفتم کو ڈاؤفن کہا جاتا تھا۔ اس نے واکر لرس جانے کا تہیہ کرلیا لیکن وہ اس کے گاؤں سے دس میل دور تھا اور وہاں اکیلی نہیں جاسکتی تھی۔ وہ اپنی ماں اور باپ کو یہ سب بتا بھی نہیں سکتی تھی اور نہ ان سے جانے کی اجازت لینے کی ہمت رکھتی تھی۔ انہیں یقین دلانا مشکل بلکہ ناممکن ہی تھا کہ اسے کیسی آوازیں سنائی دیتی ہیں۔ کیا پیغامات ملتے ہیں۔ کون برگزیدہ شخصیتیں اس سے مخاطب ہوتی ہیں۔ اس کے ماں باپ ان باتوں کو اس کی عقل کا فتور سمجھتے۔ وہ ڈر جاتے کہ اس پر کسی آسیب وغیرہ کا سایہ ہوگیا ہے یا پھر وہ کسی ذہنی مرض کا شکار ہوگئی۔ وہ اسے لے کر کسی سیانے ڈاکٹر کے پاس دوڑتے تو بات باہر نکل جاتی، اسے گاؤں بھر میں نکو بننا پڑتا۔ لڑکے لڑکیاں اس کا مذاق اڑاتیں۔ عورتیں اس سے خائف ہوجاتیں یا پھر اس سے ہمدردی جتاتیں۔ سوچتے سوچتے ایک ترکیب ذہن میں آگئی۔

اس کے رشتے کا ایک ماموں ڈیورنڈ لیکسارٹ قریبی گاؤں میں رہتا تھا۔ وہ اس کے پاس گئی اور اس سے کہا کہ وہ اسے کچھ دنوں کے لیے گھر سے دور رہنے میں مدد دے۔ ڈیورنڈ اس کی بات سن کر شک میں پڑ گیا۔

"بات کیا ہے....؟ تم گھر سے دور کیوں رہنا چاہتی ہو....؟" اس نے پوچھا "کسی نے کچھ کہہ دیا ہے یا...." وہ کہتے کہتے رک گیا کہ محبت وغیرہ کا کوئی چکر تو نہیں!.... جون سوچ میں پڑگئی کہ کیا بتائے۔ اچانک اسے ایک خیال آیا۔ وہ تصور کے پردے پر سینٹ مائیکل، سینٹ کیتھرین اور سینٹ مارگریٹ کی خیالی شبیہ کو لے آئی اور دل میں ان سے مدد مانگی۔ اس کا مقصد پورا ہوگیا۔

"چلو چھوڑو" ڈیورنڈ نے اچانک کہا "یہ بتاؤ کہ تم گھر سے نکل کر کچھ دن کے لیے رہو گی کہاں....؟ کس کے پاس جاؤ گی....؟"

جون پھر سوچ میں پڑگئی۔ اچانک اس کے دل میں ایک لہر سی اٹھی اور اس کی آنکھوں میں چمک آگئی، وہ بولی "انکل، آپ ہمارے ہاں آکر پاپا سے کہیں کہ آنٹی بیمار ہوگئی ہیں۔ ان کی تیمارداری اور گھر کے کاموں کے لیے مجھے چند دنوں کے لیے آپ کے ہاں بھیج دیں۔ بس کام بن جائے گا۔"

کسی نامعلوم طاقت نے ڈیورنڈ کو اس کی بات ماننے پر مجبور کردیا۔ وہ اس کے ساتھ گیا اور اس کے باپ سے یہی کہا کہ اس کی بیوی بیمار ہوگئی ہے۔ اس کی تیمارداری اور گھر کے کاموں کے لیے چند دنوں کے لیے جون کو اس کے ہمراہ بھیج دیا جائے۔ میاں بیوی نے لڑکی کو جانے کی اجازت دے دی۔ جون نے اپنے کپڑوں کی گٹھری بنائی اور ماموں کے ساتھ ہولی۔ ان کہے عزم سے اس کا سر اٹھا ہوا تھا۔ ان جانی امنگ دل میں مچل رہی تھی۔ اسے نئی زبان مل گئی تھی۔

"انکل!" راستے میں وہ کہنے لگی "آپ نے وہ پرانی پیش گوئی سنی ہوگی کہ فرانس کو ایک عورت دنیا میں یکاو تنہا کردے گی اور لورین کی ایک کنواری اس کی کھوئی ہوئی ساکھ کو بحال کرادے گی۔"

"ہاں، سنی ہے" ڈیورنڈ بولا "ملکہ ازابیلا نے تو انگریزوں سے سازباز کرکے فرانس کو تباہی کے دہانے

پر پہنچا دیا ہے لیکن لورین کی اس کنواری کے بارے میں نہیں معلوم کہ وہ کون ہے اور فرانس کے لیے کیا اور کب کرے گی....؟"

"میں آپ کے ہاں رہنے کے لیے گھر سے نہیں نکلی ہوں" جون نے بدلے ہوئے لہجے میں کہا "آپ مجھے واکولرس لے چلیں اور وہاں کیپٹن باڈری کورٹ سے ملوا دیں۔"

"یہ تم کیسی باتیں کر رہی ہو! تمہارا دماغ تو ٹھیک ہے....؟" ڈیورنڈ نے حیرت ظاہر کی۔

"انکل! لورین کی وہ کنواری میں ہوں" جون یقین سے بولی۔ ڈیورنڈ کے قدم رک گئے۔ وہ اپنی دیہاتی، ان پڑھ بھانجی کو سر سے پاؤں تک دیکھنے لگا۔ اس کے تمتمائے ہوئے چہرے اور روشن آنکھوں کو دیکھتے ہوئے اسے جھرجھری آگئی۔ نہ جانے کیا بات تھی کہ پھر اس نے کوئی پوچھ گچھ نہیں کی۔ اس نے ایک گاڑی بان سے واکولرس پہنچانے کا کرایہ طے کیا اور بھانجی کو لے کر روانہ ہو گیا۔ واکولرس پہنچ کر جون نے ماموں کو واپس جانے کو کہا۔

"یہ کیسے ہو سکتا ہے....؟" ڈیورنڈ نے غصہ آمیز حیرت سے کہا "میں تمہیں یہاں اکیلا چھوڑ کر واپس کیسے جا سکتا ہوں! تمہارے ماں باپ سے کیا کہوں گا....؟ وہ میر انگلا پکڑیں گے۔"

"آپ انہیں بتائیں ہی کیوں....؟" جون نے کہا "انہیں تو یہی معلوم ہو گا کہ میں آپ کے پاس ہوں اور آنٹی کی تیمارداری کر رہی ہوں۔ میں یہاں سے لوٹ کر آپ کے ہاں آؤں گی اور وہاں سے گھر چلی جاؤں گی۔"

"لیکن اس دوران میں تمہارے پاپا اور ماما اگر ہمارے ہاں آئے تو کیا ہو گا....؟" ڈیورنڈ نے گھبراہٹ سے کہا۔

"وہ نہیں آئیں گے" جون پورے اعتماد سے بولی جیسے اس کے ماں باپ کا ماموں کے ہاں نہ جانا اس کے اختیار میں تھا۔ جون کو کچھ رقم دے کر ڈیورنڈ خاموشی سے لوٹ گیا۔

جون نے راہ گیروں سے فوجی بیرکوں کا پتا پوچھا اور وہاں پہنچ گئی۔ اس نے کیپٹن باڈری کورٹ سے ملنے کی خواہش ظاہر کی۔ گارڈ نے اسے اجازت دی۔ وہ کیپٹن کے آفس میں چلی گئی۔ اس نے کیپٹن رابرٹ ڈی باڈری کورٹ سے اپنا تعارف کرایا اور اس سے تنہائی میں بات کرنے کی خواہش ظاہر کی۔ آفس میں دوسرے فوجی افسر بھی بیٹھے تھے۔

"جو کہنا چاہتی ہو ان کے سامنے کہہ سکتی ہو تاوقتیکہ ایسی کوئی بات نہ ہو جسے سب کے سامنے بتاتے ہوئے تمہیں شرم آئے" باڈری کورٹ نے اس کی صورت شکل اور عمر کو دیکھتے ہوئے کہا۔

وہ اپنے آنے کی وجہ بتاتے ہوئے ہچکچائی پھر یہ بھی اس کی سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ بات شروع کہاں سے کرے۔ وہ صرف یہ کہہ سکی "آپ مجھے ہز میجسٹی ڈاؤفن کے پاس لے چلیں۔"

"ان سے کیوں ملنا چاہتی ہو....؟ کیا کوئی بہت خاص بات ہے....؟" باڈری کورٹ مسکرایا۔

"مجھے ان کی مدد کے لیے بھیجا گیا ہے" وہ جرات کر کے بولی۔

"کس نے بھیجا ہے....؟" باڈری کورٹ پھر مسکرایا۔

جون نے ہچکچاہٹ سے کہا "سینٹ مائیکل، سینٹ کیتھرین اور سینٹ مارگریٹ نے۔"

کمرے میں ملا جلا قہقہہ گونجا اور باڈری کورٹ نے اردلی کو بلا کر کہا "اس لڑکی کے کان کھینچو اور اسے اس

کی ماں کے پاس بھجوا دو۔"

اردلی آگے بڑھا تو وہ پیچھے ہٹ گئی اور بے خوفی سے بولی "آپ کو میری بات کا یقین نہیں آ رہا ہے لیکن آپ دیکھیں گے کہ جو کچھ میں نے کہا ہے، وہ سچ ہے۔ میں اس شہر سے نہیں جاؤں گی، مجھے جس کام کو کرنے کا حکم ملا ہے، وہ میں کر کے رہوں گی"

وہ آفس سے نکل گئی۔ باہر آ کر اس نے سوچا کہ کہاں جائے، کہاں رہے....؟ کوئی واقف ہی نہیں تھا جس کے ہاں جا کر ٹھہرتی۔ وہ کوئی سستا ہوٹل تلاش کرنے نکلی۔ اسے خطرہ بھی محسوس ہو رہا تھا کہ اگر برے آدمیوں سے واسطہ پڑ گیا تب کیا ہو گا! وہ خود کو کیسے بچا سکے گی! اس نے ایک راہ گیر بڑھیا سے کسی محفوظ ٹھکانے کا پتا پوچھا تو بڑھیا نے اسے مناسب معاوضے پر اپنے گھر ٹھہرانے کی پیش کش کی۔ وہ اپنے چھوٹے سے مکان میں اکیلی رہتی تھی اور اس کی گزر اوقات کسی بھولے بھٹکے مسافر کے قیام و طعام پر تھی۔ جون نے اسے تائید ایزدی سمجھا۔ اسے معمولی کھانا اور سونے کے لیے میلے بستر کی کٹیا مل گئی تھی۔ اس رات اس نے خواب میں میدانِ جنگ دیکھا، فرانسیسی اور انگریز فوجوں میں گھمسان کی لڑائی ہو رہی تھی اور بالآخر فرانسیسی لاشیں چھوڑ کر پسپا ہو گئے۔ یہ طویل خواب دیکھ کر اس کی آنکھ کھل گئی تو اس کے کانوں میں آواز آئی "یہ ہیرنگز کا محاذ ہے۔"

یہ آواز ان آوازوں میں سے نہیں تھی جو وہ سنتی رہی تھی۔ ایک نئی اور قدرے کرخت آواز تھی۔ بہر حال اس نے اسے بھی ان ہدایات کا تسلسل سمجھا جو اسے ملتی رہی تھیں۔ اس نئی آواز کی روشنی میں اس نے قدم اٹھانے کا فیصلہ کر دیا۔ اس نے سوچ لیا کہ پھر کیپٹن باڈری کورٹ کے پاس جائے گی اور اسے قائل کرنے کی کوشش کرے گی کہ اسے غیبی اشارے ملتے ہیں اور وہ بادشاہ کی بھلائی کے لیے ہوتے ہیں۔

صبح کو وہ فوجی بیرکوں میں پہنچی اور بے دھڑک کیپٹن باڈری کورٹ کے آفس میں گھس گئی۔ سنتری نے شاید یہ سمجھ کر اسے روکنے کی کوشش نہیں کی کہ وہ گزشتہ روز کیپٹن سے ملاقات کا وقت لے کر گئی ہے۔

"تم پھر آ گئیں....؟ اپنے گھر واپس نہیں گئیں....؟" باڈری کورٹ اسے دیکھتے ہی گرجا "شاید تم گھر سے بھاگی ہوئی ہو۔"

"میں یہ بتانے آئی ہوں کہ ہیرنگز میں انگریز فوج نے ہماری فوج کو زبردست شکست دی ہے" وہ ٹھہرے ٹھہرے لہجے میں بولی "میں کہہ چکی ہوں کہ اپنا کام پورا کرنے تک گھر واپس نہیں جاؤں گی" پھر اس نے بڑھیا کے مکان کا پتا بتا دیا جہاں وہ ٹھہری ہوئی تھی اور آفس سے نکل آئی۔

واپسی میں وہ سوچنے لگی کہ جو کچھ وہ کر رہی تھی، اسے درست سمجھے یا غلط....؟ جن آوازوں کو غیبی اشارے سمجھ رہی تھی، کیا وہ واقعی غیب سے نازل ہوتے ہیں یا اس کے اپنے ذہن میں پیدا ہوتے ہیں....؟ اگر قدرت کی منشاء یہی تھا کہ وہ بادشاہ کی مدد کو پہنچے اور وطن کو دشمن کے پنجے سے بچائے تو کیپٹن اس کی راہ میں رکاوٹ کیوں بن رہا تھا....؟ یہ رکاوٹ پیدا ہی کیوں ہوئی تھی....؟ سینٹ مائیکل نے کیپٹن کے دل میں بھی اس کی باتوں پر یقین کرنے کا خیال پیدا کیوں نہیں کیا....؟ اپنی قیام گاہ پر پہنچنے تک وہ اسی مخمصے کا شکار رہی۔ وہ یہ بھی سوچ رہی تھی کہ انکل ڈیورنڈ کی دی ہوئی رقم جلد ہی ختم ہو جائے گی تو اس کے رہنے اور کھانے پینے کا کیا ہو گا!

اس رات کو اور اس کے بعد کی رات کو وہ بے چینی

نے آوازوں کا انتظار کرتی رہی کہ ان سے راہنمائی حاصل کرے۔ گزرتے ہوئے لمحوں کے ساتھ اس کی بے چینی بڑھتی گئی۔ وہ سوچنے پر مجبور ہوگئی کہ اسے بیچ دریا میں لا کر چھوڑ دیا گیا ہے۔ اسے جس مشن پر بھیجا گیا تھا، وہ پایہ تکمیل کو نہیں پہنچ سکے گا یا شاید وہ آوازیں، وہ ہدایات، وہ پیغامات اس کے اپنے تخیلات تھے۔ وہ دیر تک جاگتی اور سوتی رہی۔ صبح کے قریب اس کی آنکھ لگی۔

یہاں تمہیں کون لے آیا۔ سینٹ مائیکل اور دونوں سینٹس تم سے کہاں اور کیسے ملے، وہ تینوں کس حلیے میں تمہارے سامنے آئے تھے وغیرہ وغیرہ۔ کوئی بات مت چھپانا۔"

جون نے ایک طویل لمحے میں اپنے خیالات کو مجتمع کیا اور سرسری طور پر آوازوں اور الفاظ کے بارے میں بتادیا۔

سب لوگ دم بخود سنتے رہے۔ کسی نے کوئی جنبش تک نہیں کی۔ وہ بات ختم کرچکی تو وہ ایک دوسرے سے کاناپھوسی کرنے لگے۔ کیپٹن بھی ان میں شامل تھا۔ بالآخر اس نے کہا "میں تمہیں چینون.... ڈاؤفن کے پاس بھجوا رہا ہوں.... جیسا کہ تم چاہتی ہو۔ میرے دو افسر جین ڈی میٹز اور برٹرینڈ پاؤلنگی تمہیں وہاں پہنچا دیں گے لیکن تمہیں مردانہ لباس اور حلیے میں جانا ہوگا۔ یہ مناسب نہ ہوگا کہ ایک نوجوان لڑکی "ڈاؤفن" سے ملنے جائے۔ اس کی چند وجوہ ہیں جو تمہیں بتائی نہیں جاسکتیں۔"

"مجھے مردانہ حلیہ بنانے اور لباس پہننے پر کوئی اعتراض نہیں ہے بلکہ میں گھوڑے پر بھی بیٹھ جاؤں گی۔ مجھے گھڑسواری کی مشق تو نہیں ہے لیکن اتنا مجھے یقین ہے کہ میں گروں گی نہیں۔

رجمنٹ کے حجام کو بلا کر اس کے مردانہ طرز کے بال ترشوائے گئے، پھر اسے دوسرے کمرے میں بھیج دیا گیا۔ وہاں دیوار گیر شیلفوں میں فوجی وردیاں اور لمبے

اس کی آنکھ زور زور سے دروازہ کھٹکھٹانے سے کھل گئی۔ بڑھیا کچن میں تھی۔ کوئی دس کا عمل تھا۔ اس نے جا کر دروازہ کھولا تو دو فوجی سامنے کھڑے تھے۔ کیپٹن باڈری کورٹ نے جون کو بلایا تھا۔ وہ اسے لینے آئے تھے۔ اس نے اٹھ کر جلدی جلدی منہ پر پانی کے چھینٹے مارے، لباس تبدیل کیا اور کافی کا ایک کپ بھی پیے بغیر فوجیوں کے ساتھ ہولی۔ کچھ دور بگھی کھڑی تھی۔ وہ اس میں بیٹھ گئے۔ جون کا دل بری طرح دھڑک رہا تھا۔ نہ جانے کیپٹن نے اسے کیوں بلایا تھا....؟ وہ جانے سے انکار نہیں کرسکتی تھی۔ حکم عدولی پر اسے گرفتار بھی کیا جاسکتا تھا۔ بگھی بیرکوں کے سامنے رکی تو اسے اندر کیپٹن کے آفس میں لے جایا گیا، پہلے کی طرح اب بھی کئی فوجی افسر بیٹھے تھے۔

"بیٹھ جاؤ" کیپٹن نے خالی کرسی کی طرف اشارہ کیا "اور اپنے بارے میں تفصیل سے بتاؤ، کس کی بیٹی ہو،

فوجی بوٹ رکھے ہوئے تھے۔ پندرہ منٹ میں اس نے
اپنے ناپ کی وردی اور بوٹ منتخب کر لیے۔ قدم آدم
آئینے میں اس نے اپنا سراپا دیکھا تو اس کے ہونٹوں پر
مسکراہٹ پھیل گئی۔ وہ ایک کم عمر، اسمارٹ فوجی نظر
آ رہی تھی۔ وہ کمرے سے نکلی تو کیپٹن اور سارے افسر
بھی مسکرائے بغیر نہ رہ سکے۔ انہوں نے اس کی ستائش
بھی کی پھر کیپٹن نے ایک پرانی تلوار اپنے ہاتھ سے اس
کی کمر میں باندھی اور سب لوگ باہر اسے رخصت
کرنے آئے۔

"ڈاؤفن سے مل کر سیدھے یہاں آنا اور ہمیں بتانا
کہ اس نے کیا کہا۔ ہم تمہارے منتظر رہیں گے" کیپٹن
نے اسے رخصت کرتے ہوئے کہا۔

اسے جو گھوڑا دیا گیا تھا وہ بھی تلوار کی طرح
سالخوردہ سا ہی تھا۔ غالباً اس کی وجہ یہ تھی کہ کہیں جوان
گھوڑا سرکشی کر کے اسے گرا نہ دے۔ وہ گاؤں میں دو
ایک مرتبہ گھوڑے کی پشت پر سوار تو ہوئی تھی لیکن
اسے تیز نہیں دوڑایا تھا۔ پاؤں رکاب میں رکھ کر وہ
گھوڑے پر بیٹھی تو کسی جرنیل کی طرح پروقار اور بااعتماد
نظر آ رہی تھی۔ دونوں فوجی افسروں کے درمیان وہ
ایک آن سے روانہ ہوئی۔

"ہم تمہیں بھی زندہ سینٹ ہی کہیں گے" کچھ دور
جا کر اس کے دائیں طرف چلنے والے جین میٹز نے
پرعقیدت لہجے میں کہا۔

"وہ کیوں....؟" جون نے سادگی سے پوچھا "میں
تو ایک عام سی لڑکی ہوں۔"

"تم نے کیپٹن سے کہا تھا کہ ہماری فوج کو ہیرنگز
کے محاذ پر زبردست شکست ہوئی" جین نے کہا "کیپٹن
نے تمہاری بات پر یقین نہیں کیا تھا لیکن آج صبح صبح
اس بات کی تصدیق ہو گئی۔ ہرکارہ خبر لایا کہ ہمیں
جانوں اور اسلحہ کا شدید نقصان ہوا۔ ہماری فوج بڑی
ذلت سے پسپا ہوئی۔ ہم حیران ہوئے کہ سینکڑوں میل
دور بیٹھے ہوئے تمہیں اس المناک واقعہ کی خبر کیسے
ہوئی۔ تم نے دو روز قبل جو بات کہی تھی وہ حرف بہ
حرف درست تھی۔ تب ہمیں تمہاری روحانی طاقت پر
یقین آگیا اور کیپٹن باڈری کورٹ نے فیصلہ کیا کہ تمہاری
خواہش کے مطابق تمہیں ڈاؤفن کے پاس فوراً بھجوا دیا
جائے۔"

جون نے جواب میں خاموشی اختیار کی۔ راستے بھر
اس نے ان دونوں آدمیوں کی باتوں پر صرف ہوں،
ہاں کی۔ اس کا رویہ دیکھ کر انہوں نے بھی خاموشی سے
راستہ طے کیا۔ جینون پہنچ کر اسے فوری طور پر بادشاہ
کے روبرو ہونے کا موقع نہیں ملا۔ اسے دو روز.... تک
انتظار کرنا پڑا۔ پھر اسے ایک رات "متبادل" دربار میں
لے جایا گیا۔

بہت بڑا ہال پچاس مشعلوں سے جگمگا رہا تھا۔ تین سو
امراء رؤسا شاندار لباسوں میں بیٹھے اور کھڑے جون
کو ہال میں داخل ہوتے دیکھ رہے تھے۔ جون کا امتحان
لینے کے لیے ڈاؤفن عام لباس میں تخت سے دور ہٹ کر
کھڑا ہوا تھا۔ وضع قطع سے وہ بادشاہ نظر نہیں آتا تھا،
دربار میں داخل ہو کر جون کسی غیبی اشارے پر عمل
کرتے ہوئے سیدھی اس کی طرف بڑھی اور اس کے
سامنے گھٹنوں کے بل جھک گئی۔

بادشاہ حیران رہ گیا۔ اسے اس لڑکی کی روحانی
طاقت پر یقین آگیا۔ وہ اسے ایک طرف لے گیا اور
پوچھا کہ وہ اس سے کیوں ملنے آئی ہے....؟ کیا کہنا
چاہتی ہے....؟ جون نے اسے سیدھے سادے لفظوں
میں بتایا کہ وہ کسی کے حکم سے اس کے پاس آئی ہے۔
اسے خود کچھ علم نہیں ہے لیکن اگر ڈاؤفن درحقیقت

فرانس کے تخت و تاج کا حق دار ہے تو قدرت اسے اس کا حق دلائے گی یا اگر نہیں تو اسے جان بچا کر نکل جانے میں مدد دے گی۔ بادشاہ اس کی باتیں توجہ سے سنتا رہا۔ وہ گومگو کی کیفیت میں تھا۔

"مجھے دشمن سے لڑنے کے لیے بھیج دیا جائے" جون نے پر اعتماد لہجے میں کہا تو وہ خیالات سے چونکا۔ اس نے نظر بھر کر لڑکی کے پر عزم چہرے کو دیکھا جس پر ایک عجیب سی چمک تھی۔ وہ اس کے سامنے سے ہٹ گیا اور درباریوں کو یکجا کر کے جون کی خواہش انہیں بتائی۔ ان کی اکثریت نے جون کی تائید کی۔

پیرس میں جس مقام پر دوران جنگ جون آف آرک زخمی ہوئی تھی، وہاں اب جون آف آرک کا کانسی کا ایک سنہرا مجسمہ نصب ہے۔

انہوں نے رائے ظاہر کی کہ آزمانے میں کیا حرج ہے! دراصل وہ جون سے متاثر ہو گئے تھے۔ چنانچہ بادشاہ نے اسے محاذ جنگ پر بھیجنے کا حکم دیا۔ جون گروپ کمانڈر کی وردی دی گئی جو سفید رنگ کی تھی۔ اس پر زرہ بکتر پہنائی گئی۔ جب اس کی کمر سے نیام لگائی جانے لگی تو اس نے نیام لگانے والے کا ہاتھ پکڑ لیا۔ جون کے کانوں میں آواز سرسرا رہی تھی۔ وہ ساکت کھڑی رہ گئی۔ سب لوگ اس کی طرف دیکھنے لگے۔ اچانک اس کے ہونٹ ہلنے لگے۔ "مجھے چارلس مارٹیل کی تلوار دی جائے" جون نے کانوں میں اترنے والا پیغام زبان سے ادا کیا۔

بادشاہ اور دیگر سب لوگ ایک دوسرے کی طرف دیکھنے لگے۔ جون کے مطالبے نے انہیں گنگ کر دیا تھا۔ چارلس مارٹیل آٹھویں صدی کا ایک جنگجو محب وطن تھا جس نے ایک مسلح گروپ بنا کر ملک پر بیرونی حملوں کو روکا تھا۔ فرانس اس شخصیت پر بجا طور پر ناز کرتا تھا۔ اس کی تلوار اس کے بعد سے غائب تھی۔ کسی کو اس کے بارے میں علم نہیں تھا۔

"یہ تو صدیوں پرانی بات ہے۔ وہ تلوار اب کہاں ملے گی....؟" بادشاہ نے کہا۔

جون نے جواب حاصل کرنے کے لیے کچھ لمحے کے لیے آنکھیں بند کر لیں، اسے جواب مل گیا، اس نے آنکھیں کھول دیں اور بولی "چارلس مارٹیل کی تلوار فوربوئس کے سینٹ کیتھرین چرچ میں محراب کے عقب میں دفن ہے۔"

بادشاہ نے آدمی دوڑائے۔ اس جگہ کی کھدائی کی گئی اور وہاں سے ایک پرانی تلوار برآمد ہوئی تو ہر فرد انگشت بدنداں رہ گیا۔ جون کی روحانی فضیلت پر مہر تصدیق ثبت ہو گئی۔ اسے چھ سو چاق و چوبند سپاہیوں کی کمان دے کر آرلینز کو انگریزوں کی یلغار سے بچانے کے لیے روانہ کر دیا گیا۔

وہ ایک شان دار گھوڑے پر سوار آگے آگے تھی۔ اس کے ہاتھ میں سفید ریشمی جھنڈا تھا جس پر

فرانس کا قومی نشان کپڑے سے سلا ہوا تھا۔

محاذ پر روانگی سے پہلے جون نے اپنے دستے کے سامنے ولولہ انگیز تقریر کی جو مختصر اور نپے تلے الفاظ میں تھی۔ اس میں جذبہ حب الوطنی کو ابھارا گیا تھا۔ وطن اور تخت وتاج پر آنچ نہ آنے دینے کا عہد کرنے کو کہا گیا تھا۔ اس نے حکم دیا کہ سپاہی ہمیشہ صاف ستھرے رہیں، بلند اخلاق کا مظاہرہ کریں اور ہر صبح کو اجتماعی دعا میں شریک ہوں۔ آرلینز کی سمت روانہ ہونے سے پہلے اس نے ایک محضر نامہ لکھوایا، کیونکہ وہ خود لکھنا نہیں جانتی تھی۔ یہ محضر نامہ شاہ انگلینڈ، ڈیوک آف بیڈ فورڈ، ارل آف سفوک اور دو دوسرے کمانڈروں کے نام تھا۔ اس میں مطالبہ کیا گیا تھا کہ وہ تمام مفتوحہ شہروں کی کنجیاں اس "کنواری" کے حوالے کردیں جسے قدرت نے فرانس کا نجات دہندہ اور تخت وتاج کا محافظ مقرر کیا ہے۔ ظاہر ہے، انگریزوں نے اس حکم پر توجہ نہیں دی۔

جون کی ولولہ انگیز قیادت نے شکست خوردہ فوج کے سینوں میں بھری ہوئی راکھ کو چنگاریوں اور شعلوں میں تبدیل کر دیا۔ بلاشبہ جون کو تجربہ کار فوجی کمانڈروں کی مشاورت حاصل تھی مگر انگریز فوج کے سیل رواں کے سامنے ایک نوخیز لڑکی کے مجاہدانہ جذبہ نے بند باندھ دیا۔ میدان جنگ میں جون ہمیشہ اپنی فوج کے ہراول دستے میں رہی۔ اگر اس نے آہنی خود نہ پہنا ہوتا تو دشمن کا توپ کے ذریعہ پھینکا جانے والا ایک پتھر اُسے ہلاک کر دیتا، جون زخمی ہوگئی مگر بڑھ چڑھ کر دشمن پر حملہ آور ہوتی رہی۔ وہ اپنی فوج سے کئی گنا بڑی فوج پر دیوانہ وار لپکتی تھی تو اس کی زیر کمان رہنے والی سپاہ کیونکر اس یلغار میں اُس کا ساتھ نہ دیتی!

وہ اپنے پرجوش دستے کے ساتھ، جھنڈا لہراتے، گھوڑا دوڑاتے ہوئے تندوتیز بگولے کے مانند آگے بڑھتی رہی۔ دشمن کی فوج کے پرے کے پرے ڈھیر ہوتے رہے یا انگریز اس کی پشت پر کوئی ماورائی طاقت سمجھ کر اس کے سامنے سے فرار ہوتے رہے۔

بالآخر وہ آرلینز پہنچ گئی اور وہاں موجود انگریز فوج کو مار بھگایا۔ آرلینز محفوظ ہوگیا۔

جون کے فوجی قیادت سنبھالنے سے پہلے والے دور میں (جو تقریباً سو سال جاری رہا) فرانسیسی فوج کے جرنیل بزدلی یا غیر ضروری احتیاط یا دونوں کی وجہ سے دشمن کے خلاف دفاعی جنگ لڑنے کی حکمت عملی پر سختی سے کاربند رہے۔ جون نے مورچوں سے نکل کر دشمن پر جارحانہ حملوں کی نئی روش اپنائی تو نتیجہ فتوحات کی شکل میں سامنے آنے لگا۔ ان میں سے کسی بھی فتح کو بڑا نہیں کہا جاسکتا مگر چھوٹی چھوٹی فتوحات، پے درپے شکستوں سے تو بہرحال بہتر تھیں۔

جون کی حیرت انگیز فتوحات کو دیکھتے ہوئے، کئی جرنیل اس کے حاسد ہوگئے۔ حاسد جرنیلوں نے اپنے ہر اُس اجلاس میں جون کی شرکت کو روک دیا تھا جس میں جنگی حکمت عملی پر غوروخوض کرکے اُسے آخری شکل دینا مقصود ہوتا تھا۔ لیکن جب جرنیلوں نے ایک قلعے پر حملہ کرنے اور اس پر قبضہ کرنے کا منصوبہ ترک کرنے کا متفقہ فیصلہ کیا تو جون رات کی تاریکی میں صرف ایک فوجی افسر کے ساتھ اپنے گھوڑے پر سوار ہوکر نکلی اور ایک ایسے قلعہ کو فتح کرلیا جسے اس کے جرنیل ناقابل تسخیر سمجھتے تھے۔

ڈاؤفن اس کی روحانی طاقت کا قائل ہوگیا اور اسے اپنے ہمراہ کرلیا۔ اس کی معیت میں بادشاہ میدان پر میدان مارتے ہوئے فتح ونصرت سے ہمکنار ہوتا رہا اور بالآخر ریمس Reims پہنچ گیا جہاں 1429ء کو اس کی

دوبارہ تاج پوشی ہوئی۔

چارلس ہشتم تخت نشین ہوا تو جون نے اپنے گاؤں واپس جانے کی اجازت چاہی۔ اس کے مشن کی تکمیل ہو گئی تھی۔ دوسری جانب انگریز ہر قیمت پر جون کا سر چاہتے تھے۔ فرانس کے امراء، درباری اور سپہ سالار اس کی فقید المثال، تابناک کامیابی سے حسد کرنے لگے تھے۔ اس کے گرد بزدلانہ سازشوں کا گھیرا تنگ ہونے لگا۔ ملک کا "آرماگینگ" گروپ اس کا حامی تھا لیکن مخالف گروپ "برگنڈین" اس گروپ پر حاوی ہو گیا تھا۔ اس نے بھاری رشوت لے کر جون کو انگریزوں کے حوالے کر دیا۔ گاؤں کے پرسکون ماحول میں ماں باپ کے پاس جانے کی خواہش مند لڑکی انگریزوں کے زنداں میں چلی گئی۔ جون نے کئی بار فرار ہونے کی کوشش کی مگر بد قسمتی سے ہر کوشش جس میں 70 فٹ اونچی دیوار سے نیچے چھلانگ لگانا بھی شامل تھا، ناکام رہی۔ المیہ یہ ہوا کہ وہ واحد فرد یعنی چارلس ہشتم جو اسے بچا سکتا تھا وہ محسن کش بزدلی اور مصلحت کا شکار ہو گیا تھا۔

جون کے خلاف کافرانہ خیالات کے اظہار کے جرم کا مقدمہ چلایا گیا۔ برطانوی اور فرانسیسی دونوں کلیساؤں نے اسے انسانی قالب میں شیطانی روح قرار دیا تھا۔ اسے بشپ آف بیوائس کی سرکردگی میں تحقیقاتی کمیشن کے سامنے پیش کیا گیا جو فرانسیسی تھا۔ یہ انگریزوں کی سیاسی چال تھی۔ وہ جون کو خود سزا دینا نہیں چاہتے تھے۔ ان کا ماننا تھا اگر وہ لوگوں کے دلوں میں اس شک کا بیج بونے میں کامیاب ہو گئے کہ وہ جادوگرنی ہے، اس کی روحانیت جعلی ہے اور وہ دراصل سفلی علم کی پیداوار ہے تو پھر فرانس کے عوام یہ نتیجہ اخذ کرنے میں حق بجانب ہوں گے کہ جون جس شخص کی تخت نشینی کے لئے انگریز فوج سے برسرپیکار ہے وہ بھی شیطانی قوتوں کا آلہ کار ہے۔

شروع میں اس پر مختلف نوعیت کے ستر الزامات عائد کیے گئے۔ ان میں جادوگری، نظر بندی، دھوکا دہی، فریب کاری، آبرو باختگی، شیطان کی آلہ کار بننا، کلیسا سے بغاوت، نہ جانے کیا کیا الزامات تھے۔ بڑے پادریوں کے ایک کمیشن نے جون کے کردار کی اچھی طرح چھان بین کی.... مقدمے کی کارروائی میں ہونے والی جرح کے دوران جون سے پوچھا گیا کہ کیا وہ خداوند تعالیٰ کی رحمتوں اور برکتوں پر یقین رکھتی ہے؟ جون کا جواب تھا: اگر میں خدا کی رحمتوں سے محروم ہوں تو مجھے ان سے مالا مال کیا جائے اور اگر میں پہلے ہی رحمتوں سے فیض یاب ہوں تو پھر ان کا مبارک سایہ ہمیشہ میرے سر پر رہے۔

جون نے اپنی صفائی میں جو فصیح و بلیغ بیانات دیئے وہ ادب کی اس حد کو چھوتے تھے کہ چھ سو سال بعد ایک

برطانوی تمثیل نگار جارج برنارڈ شا نے Saint Joan کے نام سے ڈرامہ لکھا تو اس میں جون آف آرک کے کئی اقوال کو من و عن درج کر دیا۔

جب پادریوں نے اپنی رپورٹ کا اعلان کیا تو اس میں کہا گیا کہ جون کی شخصیت ہر قسم کے گناہ سے پاک ہے، بے داغ کردار کی مالک ہے اور وہ انکساری، دیانتداری اور سادگی جیسی خوبیوں سے مالا مال ہے۔

رپورٹ میں یہ بھی کہا گیا کہ غالب امکان اس بات کا ہے کہ جون کو اُس کی روحانی قوت اور سینٹ کی بشارت نے میدان عمل میں اُتارا ہے اور اُس کے دل و دماغ پر شیطان اور آسیب کے قبضے کے کوئی شواہد نہیں ملے۔ مقدمے کی کارروائی کے دوران میں ان الزامات کی تعداد گھٹتے گھٹتے بارہ (12) ہو گئی، استغاثہ کا موقف اتنا کھوکھلا اور بے بنیاد تھا کہ جون کے مردوں والے جنگی لباس کو بھی عیسائی شریعت کی خلاف ورزی قرار دیا گیا۔ اور آخر گھٹتے گھٹتے صرف ایک الزام رہ گیا۔

اس دور میں کلیسا سے بغاوت سب سے سنگین جرم تھا۔ جون کو اسی جرم ناکردہ کی پاداش میں زندہ جلا دینے کی سزا سنا دی گئی۔ سزا سننے کے بعد اس نے پہلی مرتبہ لب کھولے وہ مقدمے کے جج، بشپ آف بیوائس سے مخاطب ہوئی....

"مجھے صرف ایک ہی بات کا قلق ہے کہ تم فرانسیسی ہو۔"

گرجا کے سامنے لکڑیوں کا ایک چبوترا بنایا گیا۔ اس کے گرد بھی لکڑیاں چن دی گئیں۔ چبوترے پر لکڑی کے ستون کے ساتھ جون کو رسیوں سے باندھ دیا گیا۔

اسے ایک بڑی صلیب تھما دی گئی۔

یہ تیس مئی 1431ء کی ایک چمکیلی صبح تھی۔ سارا شہر جرم وفا کا حسرت ناک انجام دیکھنے امڈ آیا تھا۔ بعض مرد ہاتھ ملتے ہوئے افسوس بھی کر رہے تھے۔ کچھ عورتیں اشک ندامت بہا رہی تھیں۔ بچے ہراساں تھے۔ چبوترے کے گرد انگریز فوجیوں کا حلقہ تھا۔ کسی کو قریب آنے کی اجازت تھی نہ جرات۔

جلتی ہوئی مقدس مشعل سے لکڑیوں میں آگ لگا دی گئی۔ شعلوں کی پرغیظ سرخ زبانیں ستون سے بندھی ہوئی جون کی طرف بڑھنے لگیں۔ دیکھتے دیکھتے وہ شعلوں کی لپیٹ میں آ گئی۔ اس کا جسم ان میں ملفوف ہو گیا۔ اس کا سر اوپر اٹھا ہوا تھا۔ نگاہیں آسمان پر جم گئی تھیں۔

جون کی راکھ دریا میں بہا دی گئی اس لیے جون کا مزار نہ بن سکا۔ راکھ غرق دریا ہوئی مگر اس کی موت نے رسوائی دینے کے بجائے اسے اہل فرانس کی نظروں میں شہید اور سینٹ کا درجہ دے دیا۔

جون کی وفات کے 25 سال بعد (جون 1425ء میں) فرانس کی تاریخ نے کروٹ لی تو جون پر چلائے جانے والے مقدمے پر نظر ثانی کی گئی اور عدالت عالیہ نے متفقہ طور پر اُسے بے گناہ قرار دے دیا اور سرکاری طور پر اُسے شہید تسلیم کئے جانے کی سفارش کی۔ فرانس والوں کو احساس ہوا کہ جون ان کی نجات دہندہ تھی۔ اس نے ان کے ملک کو آزادی کا سورج دکھایا تھا۔

1920ء میں اس کی موت کے 465 سال بعد پوپ بینے ڈکٹ پائز دہم نے جون کو "سینٹ" تسلیم کیا۔

جون کی بہادری اور رزم آرائی نے ایک ایسی داستان رقم کی کہ صدیاں گزر جانے کے باوجود اُس کی شہرت گھٹنے یا ماند پڑنے کے بجائے آسمان پر روشن ستاروں کی طرح آب و تاب سے چمک رہی ہے۔

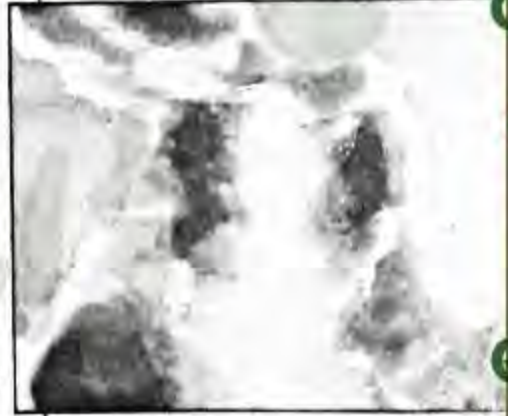
اتنی صدیاں گزر جانے کے بعد آج ہر فرانسیسی شہری کے دل میں جون کا ایک چھوٹا سا مزار ہے جس میں ہر وقت عقیدت کے دیئے جلتے رہتے ہیں۔

مرتبہ: ہرمیس

انکشافات

سمندر کی تہہ میں اونچے پہاڑ
مزید 25 ہزار پہاڑوں کی تلاش

یورپی محققین کی ایک ٹیم نے بحر اوقیانوس کی تہہ میں ایسے ہزاروں نئے پہاڑوں کی نشاندہی کی ہے جن کی اونچائی کم سے کم ڈیڑھ کلومیٹر ہے۔ محققین کا خیال ہے سمندر میں پچیس ہزار پہاڑ موجود ہیں۔ تحقیق سے منسلک پروفیسر ڈیوڈ سینڈ ویل کے مطابق سابقہ اعداد و شمار کے مطابق ہم دو کلومیٹر سے اونچائی والی چیزیں دیکھ سکتے تھے اور وہاں پانچ ہزار سمندری پہاڑ موجود تھے۔ نئے ڈیٹا میں ہم ڈیڑھ کلومیٹر اونچائی والی چیزیں دیکھ پا رہے ہیں، ہمارا کام ابھی ختم نہیں ہوا ہے۔ انہوں نے بتایا کہ لگتا ہے سمندر کے نیچے چھوٹے سائز کے پہاڑوں کی تعداد تیزی سے بڑھتی جا رہی ہے۔

ماہرین کہتے ہیں کہ سمندر کی تہہ کے بارے میں ہمارا علم ناکافی ہے، جس کی ایک مثال ملائیشیا کے لاپتہ طیارے ایم ایچ 370 کی تلاش میں درپیش مسائل کی صورت میں سامنے ہے۔ اس وقت دنیا میں صرف 10 فیصد سمندر ایسا ہے جن کا درست طریقے سے معائنہ کیا گیا ہے، سمندر کی تہہ کے کھردرے پن کے بارے میں آگاہی سے اس کی لہروں کے اٹھنے اور اس کے موسم پر اثر کا پتہ چلتا ہے۔ جنوبی بحر اوقیانوس میں بھی محققین نے دو حصوں میں بٹے ایسے پہاڑی سلسلے دریافت کیے ہیں جو 80 کروڑ برس قبل افریقہ اور جنوبی امریکا کی تقسیم کے موقع پر بنے تھے۔

بندروں میں دماغ اور ساخت مختلف ہوتی ہے

ایک نئی تحقیق سے معلوم ہوا ہے کہ بندروں کے سماجی درجہ بندی کے حساب سے ان کی دماغی ساخت مختلف ہوتی ہے۔ نیورو سائنس دانوں کی جانب سے کی جانے والی یہ تحقیق پلوس بیالوجی نامی جریدے میں چھپی ہے جس میں 25 بندروں کے دماغ کا تعین کیا گیا ہے، تحقیق کے مطابق ایسے بندر جو اپنے گروپ میں نمایاں یا اعلیٰ درجے پر فائز ہوتے ہیں ان کے دماغ کے بعض حصے بڑے ہوتے ہیں جبکہ نچلے درجے کے بندروں کے دماغ کے وہی حصے قدرے کمزور ہوتے ہیں۔

مستقبل کی دنیا

انٹرنیٹ نہ سہی آؤٹرنیٹ تو لے

کیا آج یہ ممکن ہے کہ ایک مکمل لائبریری کو سمیٹ کر آپ کی جیب میں رکھ دیا جائے؟.... زیادہ تر لوگ اس سوال کا جواب "ہاں" میں دیں گے کیونکہ سب جانتے ہیں کہ اس کے لیے آپ کو صرف ایک موبائل فون یا کمپیوٹر چاہیے اور اس کے ساتھ انٹرنیٹ کنکشن۔
لیکن ان بے شمار لوگوں کا کیا ہوگا جو انٹرنیٹ تک رسائی سے محروم ہیں۔؟....
تو جناب! اس سوال کا جواب بھی اب "ہاں" ہی ہوگا.... آپ سوچیں گے کہ ایسا کیسے ہو سکتا ہے؟
اس کا جواب ہے کہ اگر ان کے پاس انٹرنیٹ Internet نہیں پہنچا تو ان کے لیے اب آؤٹرنیٹ Outernet موجود ہے۔
اس مسئلے کا حل تلاش کرنا ہے کہ دنیا کی اس دو تہائی آبادی جس کے پاس انٹرنیٹ کنکشن نہیں ہے، کی انٹرنیٹ تک رسائی کو کیسے ممکن بنایا جاسکتا ہے۔ امریکہ کی میڈ گلوبل نامی کمپنی آؤٹرنیٹ کا منصوبہ سامنے لائی ہے۔
جب آپ انٹرنیٹ کی بات کرتے ہیں تو آپ کے ذہن میں دو چیزیں ہوتی ہیں، ایک دوسرے کے ساتھ رابطہ (یعنی سوشل نیٹورکنگ، ای میل وغیرہ) اور معلومات تک رسائی (انسائیکلوپیڈیا، ڈکشنری، ای لائبریری وغیرہ)۔
انٹرنیٹ کے ذریعے دوسرے لوگوں سے رابطہ بھی ہو سکتا ہے لیکن آؤٹرنیٹ رابطے کی بجائے صرف معلومات تک رسائی کی بات کرتا ہے۔ اس منصوبے کا مقصد دنیا بھر سے بہترین معلومات کی ایک ایسی لائبریری بنانا ہے جس تک آپ انٹرنیٹ کے بغیر بھی رسائی حاصل کر سکیں۔ اس لائبریری کے لیے درکار معلومات اور کتب بلاقیمت 'وکی پیڈیا' اور 'پراجیکٹ گوتنبرگ' جیسی مشہور ویب سائٹس سے حاصل کی جا سکتی ہیں۔ لائبریری کے علاوہ آؤٹرنیٹ پر ایسی معلومات بھی دستیاب ہوں گی جنھیں مسلسل تبدیل یا اپ ڈیٹ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے، مثلاً خبریں اور کسی

ایجادات

سوٹ کیس موٹر سائیکل

چین کے صوبہ ہنان کے رہنے والے ایک کسان ہی لیانگ نے سوٹ کیس موٹر سائیکل تیار کی ہے۔ 12 میل فی گھنٹہ کی رفتار سے 37 میل تک کا سفر کرنے والی یہ موٹر سائیکل ایک وقت میں دو مسافروں کو بھی لے جا سکتی ہے۔ یہ ایسی لیتھیم بیٹریوں سے چلتی ہے جنھیں ری چارج بھی کیا جا سکتا ہے۔ اس میں لگے سوٹ کیس میں آپ عام سوٹ کیس جتنے کپڑے رکھ سکتے ہیں اور جب اس میں کچھ نہ رکھا ہو تو اس کا وزن صرف ساڑھے سات کلو ہوتا ہے۔ اس موٹر سائیکل کو تیار کرنے میں ہی لیانگ کو دس سال لگے ہیں۔
انہوں نے اسے سٹی کیب کا نام دیا ہے۔ انھیں توقع ہے کہ ان کی تیار کردہ یہ موٹر سائیکل جلد ہی ان کے نام پر رجسٹر ہو کر سڑکوں پر آجائے گی۔

علاقے میں قدرتی آفات کے حوالے سے معلومات، جنھیں ہر گھنٹے میں کئی مرتبہ اپ ڈیٹ کیا جا سکے گا۔ منصوبے کے مطابق جب یہ سب معلومات ایک جگہ اکٹھی ہو جائیں گی تو پھر انھیں ایک سیٹلائیٹ کے ذریعے نشر کیا جائے گا اور زمین پر لگے ہوئے "رسیور" کے ذریعے یہ معلومات ان علاقوں میں جمع ہوتی جائیں گی جہاں انٹرنیٹ نہیں ہے۔ سیارے سے معلومات اکٹھی کرنے کے بعد انٹینا لگے ہوئے یہ رسیور 'وائی فائی' لنکس بنائیں گے جن تک آپ اپنے موبائل کے ذریعے رسائی حاصل کر لیں گے۔

مثال کے طور پر اگر افریقہ کے کسی دور دراز دیہات میں انٹینا لگا کر ایسا ایک 'ہاٹ سپاٹ' تنصیب کر دیا جائے تو اس سے گردونواح میں رہنے والے 300 افراد درجنوں کتابوں اور دوسری معلومات تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔ اگر آپ سیٹلائیٹ سے معلومات حاصل کرنے والے ایسے ہاٹ سپاٹ کے قریب ہیں تو آپ اپنے موبائل فون پر آؤٹرنیٹ کے ذریعے ہمارے صفحہ اوّل پر جا کر اپنی پسند کے لنک پر کلک کر سکیں گے۔ یہ ایسے ہی ہوگا جیسے کوئی 'آف لائن' ویب سائٹ۔ یہاں آپ کو کئی اعداد و شمار دستیاب ہوں گے جو ایک لائبریری کی طرح مختلف فائلوں میں پڑے ہوں گے۔ فی الحال اس کمپنی نے عالمی بینک کے تعاون سے آؤٹرنیٹ کا پہلا بڑا منصوبہ شمالی سوڈان میں شروع کیا ہے، انٹرنیٹ کے برعکس آؤٹرنیٹ چونکہ یکطرفہ رابطے کا ذریعہ ہے اس لیے آپ کو اس پر ای میل یا 'چیٹ' کرنے کی سہولت دستیاب نہیں ہوگی۔

تاہم صارفین کو یہ سہولت میسر ہوگی کہ اگر وہ کسی خاص کتاب یا معلومات تک رسائی چاہتے ہیں تو وہ ٹیکسٹ میسج کے ذریعے اپنی فرمائش بھجوا سکیں گے۔

فی الحال ابھی تو آؤٹرنیٹ بڑے سیٹلائٹ پر انحصار کرے گا۔ تاہم آگے چل کر ایسے چھوٹے چھوٹے سیٹلائیٹ چھوڑے جائیں گے جو فضا میں بہت بلندی پر نہیں ہونگے، اس کا فائدہ یہ ہوگا کہ چھوٹے انٹینوں کی مدد سے ان سیٹلائٹ تک رسائی حاصل ہو سکے گی جو لوگ اپنی جیبوں میں لیے گھوم پھر سکیں گے۔

شمسی توانائی سے چلنے والی کار "اسٹیلا"

حال ہی میں شمسی توانائی سے چلنے والی ایک کار "اسٹیلا" نے امریکی شہر لاس اینجلس سے سان فرانسسکو تک کا تجرباتی سفر کامیابی کے ساتھ مکمل کر لیا ہے۔

اسٹیلا کو ہالینڈ کی آئینڈن ہوون یونیورسٹی آف ٹیکنالوجی میں تیار کیا گیا ہے۔ کم وزن والی یہ موٹر گاڑی ایک مرتبہ چارج ہونے کے بعد آٹھ سو کلومیٹر تک چلنے کی صلاحیت رکھتی ہے اور دھوپ زیادہ تیز ہو، تو اس کی صلاحیت میں اضافہ بھی ممکن ہے۔

چار سیٹوں والی یہ گاڑی زیادہ سے زیادہ 80 میل فی گھنٹہ کی رفتار سے چل سکتی ہے۔ اس گاڑی کو تیار کرنے والے طلباء کی ٹیم کے ایک رکن لیکس ہوفل سلوٹ کا کہنا ہے کہ آئندہ پانچ تا دس برس میں ایسی گاڑیوں کو تیار کرنا اور انہیں شوروموں کی زینت بنانا ممکن ہے۔

TU/e

معاشرہ

سائیکلوں کا شہر .... کوپن ہیگن

ڈنمارک کا دارالحکومت کوپن ہیگن یورپ کے ترقی یافتہ خطہ میں ہوتے ہوئے بھی اپنی مثال آپ ہے۔ نخروں اور نمائشوں سے الگ تھلگ ہے۔ یہ شہر ماحول دوست شہری زندگی کے حوالے سے دنیا کے بہت سے شہروں کے لئے مثالی حیثیت کا حامل ہے۔ یہاں کے باشندے گرم جوش اور سوشل ہیں مگر رہتے پرسکون ہیں۔ یہاں کے لوگ پیدل زیادہ چلتے ہیں اور سواری کے لیے سائیکل چلاتے ہیں.... آپ کو یہ سن کر حیرت ہوگی کہ اس شہر میں سائیکل کی تعداد لوگوں سے زیادہ ہے۔ کوپن ہیگن کے قریب ڈیڑھ لاکھ یا 37 فیصد شہری سائیکلوں پر روزانہ 1.2 ملین کلومیٹر کا فاصلہ طے کرتے ہیں۔ یہاں کی سڑکوں پر آپ کو اکا دکا ہی کار یا بس نظر آئے گی۔

کوپن ہیگن اور دیگر بیس علاقوں کی مقامی حکومتیں مل کر پورے ڈنمارک میں سائیکل سواری کے فروغ کے لیے راستوں کا نیٹ ورک بنا رہی ہیں تاکہ سائیکل سے سفر کرنے والوں کی تعداد میں تیس فیصد تک کا مزید اضافہ کیا جاسکے۔ سائیکل سواروں کی سہولت کے لئے کوپن ہیگن کی سپر ہائی ویز کے ساتھ تمام بنیادی سہولتوں سے آراستہ چودہ میل لمبی ٹریلز بنائی گئی ہیں جن پر اب سائیکلسٹ باآسانی سفر کرسکیں گے۔ ہر ایک میل کے فاصلے پر تمام بنیادی آلات اور ٹیلی فون لائن سے آراستہ ایئر پمپس بنائے گئے ہیں۔ کوپن ہیگن کی سٹی کونسل کے مطابق سائیکل سے سفر کرنے کو فروغ دینے سے نہ صرف پیٹرول کی درآمد پر خرچ ہونے والا زرمبادلہ بچے گا بلکہ ماحول کو آلودگی سے پاک بھی کیا جاسکے گا۔

صحت

ناشتہ دل کے لیے مفید

ہاورڈ سکول آف پبلک ہیلتھ کے سائنسدانوں کی ایک تحقیق کے مطابق ناشتہ دل کی صحت کے لیے فائدہ مند ثابت ہوتا ہے۔ ان کے مطابق ناشتہ نہ کرنے سے جسم پر اضافی دباؤ پڑتا ہے۔ ناشتہ نہ کرنے کی صورت میں دل کی بیماریوں کا زیادہ خطرہ ہوتا ہے۔ تحقیق کے نتائج کے مطابق ایسے مردوں میں دل کی بیماری کے ستائیس فیصد کم امکانات ہوتے ہیں جو دن کا آغاز ناشتے سے کرتے ہیں۔

صاف پانی اور صابن سے بچے کے قد میں اضافہ

تحقیق سے معلوم ہوا ہے صاف پانی اور صابن سے نہ صرف صفائی ستھرائی ہوتی ہے بلکہ اس سے بچوں کا قد بھی بڑھ جاتا ہے۔ دنیا بھر سے جمع کردہ اعداد و شمار کے جائزے سے اچھی صفائی ستھرائی والے گھروں میں پانچ برس سے کم عمر کے بچوں کے قد میں آدھے سینٹی میٹر کے اضافے کے شواہد ملے ہیں۔ ماہرین کے مطابق اگر کوئی بچہ گندا پانی پی کر دست کی بیماری کا شکار ہو جائے تو اس کے قد پر اثر پڑے گا کیوں کہ بچپن میں بار بار ہونے والی بیماریوں سے افزائش متاثر ہوتی ہے۔ گندے پانی، دست کی بیماری اور افزائش کے درمیان تعلق ہے۔

اِس ماہ

دنیا بھر میں اس ماہ منائے جانے والے تہواروں، مذہبی وثقافتی تقریبات، خوشی اور غم سے منسوب یادگار اور اہم دنوں کا تذکرہ

نومبر 2014ء / محرم، صفر 1436ھ

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

عالم اسلام

یوم شہادت امام حسینؓ

6 نومبر 2014

ہر سال کی طرح اس سال بھی محرم الحرام کی دس تاریخ کو پورے عالم اسلام میں کربلا کے میدان میں اسلام کی سربلندی کی خاطر اپنی جانوں کا نذرانہ پیش کرنے والے نواسۂ رسول حضرت امام حسینؓ اور ان کے رفقا کی یاد میں یوم عاشور انتہائی عقیدت واحترام کے ساتھ منایا جائے گا۔ اس موقع پر دنیا بھر میں حضرت امام حسینؓ کی لازوال قربانی کی یاد میں مجالس اور تقریبات منعقد ہوتی ہیں، شہروں کی مرکزی شاہراہوں پر علم، ذوالجناح اور تعزیئے کے جلوس نکالے جاتے ہیں، جس میں شریک عزادار ماتم، گریہ زاری اور نوحہ خوانی کرتے ہیں۔ تاجدارِ کربلا کی بارگاہ میں مرثیے پیش کیے جاتے ہیں۔ پاکستان، ایران، عراق اور لبنان سمیت کئی ممالک میں سرکاری تعطیل ہوتی ہے، میڈیا پر امام حسین کے حالاتِ زندگی پر خصوصی پروگرام نشر کیے

عرس مبارک حضرت بابا فرید گنج شکرؒ

1 نومبر 2014

سلسلہ چشتیہ کے برصغیر میں تیسرے بڑے پیشوا، عظیم صوفی بزرگ اور صوفی شاعر حضرت بابا فرید الدین گنج شکرؒ کا شمار معروف اولیاء اللہ میں ہوتا ہے۔ آپ کا یوم وصال ہر سال محرم کے اوائل میں منایا جاتا ہے۔ اس سال بھی آپ کے 772 ویں عرس کی تقریبات پاکپتن میں بااہتمام اور جوش وخروش سے یکم محرم سے شروع ہو جائیں گی، پانچ محرم کو بہشتی دروازہ کھولا جاتا ہے جس میں ہر سال لاکھوں زائر گزرتے ہیں۔ نا صرف مسلمانوں بلکہ سکھوں کی بڑی تعداد بھی آپؒ کے عرس میں شرکت کرتی ہے۔ یہ تقریبات دس محرم تک جاری رہتی ہیں۔

یوم وصال حضرت بابا تاج الدین ناگپوریؒ

22 نومبر 2014

بابا تاج الدین ناگپوریؒ نے 26 محرم الحرام 1344ھ مطابق 17 اگست 1925ء کو وصال فرمایا۔ بابا تاج الدین کا سب سے بڑا اور مرکزی عرس تاج باغ، ناگپور (انڈیا) میں واقع آپ کے مزار پر منایا جاتا ہے، جس میں دنیا بھر سے ہزاروں کی تعداد میں ہر مذہب و ملت اور رنگ و نسل کے لوگ شرکت کرتے ہیں، اس دوران میلے کا سماں ہوتا ہے، بابا تاج الدین کے مزار پر چڑھائی جانے والی چادر آن وشان سے پورے ناگپور شہر کی سڑکوں پر جلوس کی شکل میں نکالی جاتی ہے، برصغیر پاک وہند کے دیگر شہروں میں بھی لاکھوں عقیدت مند آپ کے یوم وصال کی محافل کا انعقاد کرتے ہیں۔

9 نومبر 2014

پاکستان

یوم اقبال

9 نومبر کو شاعر مشرق، مفکر اسلام اور مصور پاکستان علامہ ڈاکٹر محمد اقبالؒ کا 138 واں یوم ولادت تزک واحتشام اور عقیدت واحترام کیساتھ منائے گا۔ اس سلسلہ میں سرکاری اور نجی سطح پر مختلف تقاریب کا انعقاد ہوتا ہے۔ اخبارات یوم اقبال پر خصوصی ایڈیشن شائع کرتے ہیں..... سرکاری و نجی الیکٹرانک میڈیا پر فکر اقبالؒ پر خصوصی پروگرام نشر اور ٹیلی کاسٹ کیے جاتے ہیں۔

اقبالؒ متحدہ ہندوستان کے وہ فکری رہنماء تھے، جنہوں نے منتشر الخیال قوم کو خودی خودشناسی وحدت فکر و عمل اور انقلاب واجتہاد کا درس دیا، انہوں نے اس مقصد کیلئے شاعری اور نثر دونوں اصناف سخن کا سہارا لیا اور ہر نسل، ہر مکتبہ فکر اور ہر سماجی طبقے کو یکساں متاثر کیا۔

20 نومبر 2014

بچوں کا عالمی دن

20 نومبر کو بچوں کا عالمی دن منایا جاتا ہے۔ دن کو منانے کے بے شمار مقاصد ہیں جن میں ان بے گھر بچوں کو بھی دیگر بچوں جیسی آسائشیں مہیا کرنا اول ترجیح ہے بچوں کے عالمی دن منانے کا مقصد یہ بھی ہے کہ ان کی تعلیم صحت تفریح اور ذہنی تربیت کے حوالے سے شعور اجاگر کیا جائے تاکہ دنیا بھر کے بچے مستقبل میں معاشرے کے مفید شہری بن سکیں۔ اس موقع پر بچوں میں بہتری اور بھلائی کے لئے نت نئے منصوبے بنائے جاتے ہیں۔ بچوں میں تحائف تقسیم کیے جاتے ہیں۔ ان کی ذہنی و جسمانی صحت کیلئے سوچ بچار کی جاتی ہے۔ اس دن کی مناسبت سے بچوں کے حقوق کیلئے سرگرم سماجی تنظیموں کے زیراہتمام سیمینارز، واکس اور دیگر تقریبات کا اہتمام بھی

اقوام عالم

برداشت اور رواداری

16 نومبر 2014

دنیا بھر میں 16 نومبر کا دن ہر سال 1996ء سے "رواداری کے عالمی دن" کے طور پر منایا جاتا ہے۔ اس دن کو منانے کا مقصد یہ ہے کہ لوگوں کو عدم برداشت کے نقصانات سے آگاہ کیا جائے اور انہیں دوسروں کے عقائد اور حقوق کا احترام کرنا سکھایا جائے۔ اس موقع پر انسانی حقوق کی تنظیمیں انسانی حقوق خصوصاً اقلیتوں کے خلاف امتیازی سلوک اور منافرت کی روک تھام کی ضرورت کو اجاگر کرتی ہیں۔

25 نومبر 2014

خواتین پر تشدد کا خاتمہ

دنیا بھر میں 1982ء سے 25 نومبر کو عورتوں پر تشدد کے خاتمے کا عالمی دن منایا جاتا ہے اس دن سے دس دسمبر تک خصوصی پروگرام منعقد کیے جاتے ہیں۔ یہ مہم ہمیں یاد دلاتی ہے کہ عورتوں پر تشدد انسانی حقوق کی عام خلاف ورزیوں میں سے ایک ہے۔ دنیا بھر میں ہر طبقہ سے تعلق رکھنے والی لاکھوں خواتین کو صرف جسمانی تشدد ہی نہیں، بلکہ جذباتی یا نفسیاتی، جنسی، معاشی اور معاشرتی تشدد اور مختلف اقسام کی بدسلوکی کا نشانہ بنایا جاتا ہے، اور اکثر اعداد و شمار اور معاملے کی نوعیت کو پوشیدہ رکھا جاتا ہے۔

بابا گرونانک کی پیدائش کا دن

6 نومبر 2014

سکھ مذہب کے بانی اور روحانی پیشوا بابا گرونانک دیوجی 15 اپریل 1469 کو شیخوپورہ (پاکستان) کے ایک گاؤں میں پیدا ہوئے۔ سکھ کیلنڈر کے حساب سے ان کی پیدائش کا دن اس سال 6 نومبر کو ہوگا۔ ہر سال کی طرح اس سال گرونانک کے 546 ویں جنم دن کی رسومات میں شرکت کے لیے انڈیا اور دیگر ممالک سے سکھ افراد بڑی تعداد میں پاکستان آئیں گے اور گرونانک کے جائے پیدائش ننکانہ صاحب اور گردوارہ پنجہ صاحب حسن ابدال کی زیارت کریں گے۔

آل سینٹ ڈے آل سول ڈے

1 نومبر 2014

سینٹ Saint کے معنی مقدس کے ہیں۔ عیسائی مذہب میں یہ لفظ ان تمام مقدس ہستیوں کے لیے استعمال ہوتا ہے جو رومن کیتھولک اور آرتھوڈاکس عقیدے کے مطابق گناہوں سے پاک ہیں اور جنت میں رہتے ہیں۔

مسیحی برادری ہر سال یکم نومبر کو آل سینٹ ڈے مناتی ہے، جن میں مقدس ہستیوں کو خراج تحسین پیش کیا جاتا ہے۔ اس کے اگلے دن آل سول ڈے منایا جاتا ہے جس میں عام مسیحی ارواحوں کو ایصال ثواب پہنچایا جاتا ہے۔

فلسفہ کا عالمی دن

20 نومبر 2014

ہم کون ہیں، ہمارا وجود کہاں سے آیا اور ہم کہاں جائیں گے، برسوں سے انسان ان سوالات کے جواب کی تلاش میں سرگرداں ہیں۔ اقوام متحدہ کا ادارہ یونیسکو سن 2002ء سے ہر سال نومبر کے مہینے کی تیسری جمعرات کو فلسفے کا عالمی دن مناتا ہے۔ اس مرتبہ یہ دن 20 نومبر کو منایا جارہا ہے۔ عالمی یوم فلسفہ دراصل غوروفکر کی دعوت دیتا ہے، دنیا کے بارے میں، اور اپنے بارے میں۔ فلسفے کے عالمی دن کے موقع پر دنیا بھر میں فلسفی، فلسفے اور انسانی وجود کے بنیادی مسائل پر تمام انسانوں کو غوروفکر کی دعوت دیتے ہیں۔

مردوں کا عالمی دن

19 نومبر 2014

نومبر کی 19 تاریخ کو دنیا بھر میں انٹرنیشنل مینز ڈے (مردوں کا عالمی دن) منایا جاتا ہے۔ مردوں کے عالمی دن کا آغاز 19 نومبر 1999 سے ہوا۔ عام طور پر کوئی بھی عالمی دن موضوع اور اپنی اہمیت یا حقوق سے متعلق آگاہی کیلئے منایا جاتا ہے تاہم مردوں کا عالمی منانے کا مقصد ان کے حقوق کیلئے آواز بلند کرنا نہیں بلکہ اس لئے منایا جاتا ہے کہ مرد حضرات بھی اپنی صحت پر ذرا توجہ دیں۔ اس موقع پر پاکستان سمیت دنیا بھر میں مختلف قسم کے سیمینارز، کانفرنسوں اور تقریبات کا اہتمام کیا جائے گا۔

طلبہ کا عالمی دن

17 نومبر 2014

دنیا بھر کے کالجز، یونیورسٹیوں اور بیشتر تعلیمی اداروں میں طلبہ کا عالمی دن ہر سال 17 نومبر کو منایا جاتا ہے۔ یہ دن چیکوسلواکیہ پر جرمنی کے قبضہ کے خلاف 17 نومبر 1939ء کو دارالحکومت پراگ کی سڑکوں پر مزاحمت کرنے والے طلبہ کی یاد میں منایا جاتا ہے۔ اس دن کو عالمی سطح پر منانے کا باقاعدہ اعلان سترہ نومبر 1941ء کو لندن انٹرنیشنل اسٹوڈنٹس کونسل نے کیا تھا۔

مختصر مختصر

30 نومبر: دنیا بھر میں کمپیوٹر سیکورٹی کا عالمی دن منایا جاتا ہے۔ کمپیوٹر کی حفاظت کا دن منانے کا آغاز 1998 سے ہوا، اس دن کو منانے کا مقصد کمپیوٹر کے ڈیٹا کی حفاظت کے لئے آگاہی پیدا کرنا ہے تاکہ لوگوں کو کمپیوٹر کے استعمال سے متعلق معلومات فراہم کی جاسکیں۔

21 نومبر: پاکستان سمیت دنیا بھر میں ماہی گیری اور مچھلیوں کی افزائش کے بارے میں عالمی دن منایا جاتا ہے۔ اس کا مقصد ماہی گیروں کو درپیش مختلف مسائل کو اُجاگر کرنا اور ان مسائل کا حل تلاش کرنے کے لیے اقدامات کا جائزہ لینا ہے

15 نومبر: سگریٹ نوشی سے انکار کا عالمی دن، اکستان میں تمباکو نوشی سے ہلاک ہونے والوں کی تعداد میں ہر سال اضافہ ہورہا ہے۔ دنیا بھر میں اس سے ہلاک ہونے والوں کی تعداد سالانہ چون لاکھ تک پہنچ چکی ہے۔

18 نومبر: نمونیہ کے خلاف آگہی کا عالمی دن، المی ادارہ صحت نے سنہ دو ہزار نو میں 18 نومبر کو نمونیہ کا عالمی دن قرار دیا تھا۔ تاکہ اس دن آگہی مہم کے ذریعے نمونیے کے مریضوں کی تعداد میں کمی کی جاسکے پاکستان میں بھی اس دن نمونیہ کے بارے میں آگاہی کے حوالے سے سیمینار اور اجلاس منعقد کئے جائیں گے۔

ایک رپورٹ کے مطابق دنیا میں 5 سال سے کم عمر بیس لاکھ بچے ہر سال نمونیہ کی وجہ سے ہلاک ہوجاتے ہیں۔

فلسطین سے یکجہتی کا دن

29 نومبر 2014

دنیا بھر میں فلسطینی عوام کے ساتھ یکجہتی کا عالمی دن ہر سال 29 نومبر کو منایا جاتا ہے، اس دن کے منانے مقصد فلسطینی عوام کی قربانیوں کو یاد کرنا اور مسئلہ فلسطین کو دنیا بھر میں اجاگر کرنا ہے۔

اس دن کے منانے کا مقصد یہ بھی ہے کہ عالمی برادری کو یہ یاد دلایا جائے کہ انیس سو سینتالیس سے عالمی ایوانوں کے سرد خانوں میں پڑا یہ مسئلہ اب حل ہونا چاہئے۔ عالمی برادری فلسطینی عوام کی جانب سے آزادی کے لئے دی جانے والی قربانیوں کا احساس کرے اور پینسٹھ سال سے جاری اسرائیل کے مظالم کو روکے، اپنی زمین کی تقسیم سے لے کر آج تک فلسطینی عوام اپنے حقوق کے لئے لڑ رہے ہیں۔

ٹی وی کا عالمی دن

21 نومبر 2014

دنیا بھر میں ورلڈ ٹی وی ڈے 21 نومبر کو منایا جاتا ہے۔ ٹیلی ویژن لاطینی زبان کا لفظ ہے جس کے لفظی معنی دور سے دیکھنے کے ہیں۔ اٹھارہویں صدی کے آغاز میں پہلی بار امیجز کو فیکس مشین کے ذریعے احساسات کا ترجمان بتایا گیا۔ 1926ء میں ٹی وی کی صورت میں آنے والی اس دریافت کا سہرا اسکاٹ لینڈ کے باشندے جان لوگی بیرڈ کے سر ہے۔ 1930ء کے آغاز سے ٹی وی معلومات دینے کا اہم ذریعہ بن گیا۔

ذیابیطس کا عالمی دن

14 نومبر 2014

ساری دنیا میں ذیابیطس سے بچاؤ کا عالمی دن 14 نومبر کو منایا جاتا ہے، دنیا کے 24 کروڑ 60 لاکھ سے زیادہ افراد اس مرض میں مبتلا ہیں جبکہ مجموعی طور پر مذکورہ عمر کی 6 فیصد عالمی آبادی ذیابیطس میں مبتلا ہے۔

عالمی سطح پر سالانہ 38 لاکھ (20 سے 79 سال کے بالغ) افراد ذیابیطس اور اس سے ہونے والے امراض کے باعث ہلاک ہورہے ہیں جو دنیا میں کل ہونے والی اموات کا 6 فیصد ہے، ذیابیطس دنیا میں ہونے والی اموات کی چوتھی بڑی وجہ ہے۔

دلچسپ، عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی.....

انسان سائنسی ترقی کی بدولت کہکشانی نظام سے روشناس ہو چکا ہے، سمندر کی تہہ اور پہاڑوں کی چوٹیوں پر کامیابی کے جھنڈے گاڑ رہا ہے۔ زمین کے بطن میں اور ستاروں سے آگے نئے جہانوں کی تلاش کے منصوبے بنا رہا ہے۔ یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی بہت سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جا سکا ہے۔

آج بھی اس کرۂ ارض پر بہت سے واقعات رونما ہوتے ہیں اور کئی آثار ایسے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث بنے ہوئے ہیں اور جن کے متعلق سائنس سوالیہ نشان بنی ہوئی ہے۔

بازیگر

سرزمینِ برصغیر پاک و ہند سے تعلق رکھنے والے
ایسے نابغہ روزگار لوگ،
جن پر دنیا صدیوں سے حیران ہے۔

برصغیر پاک و ہند زمانہ قدیم سے ہی عجائبات کا خزانہ رہا ہے۔ یہاں کے لوگ، یہاں کے رسوم و رواج، عادت و اطوار ہمیشہ ہی سے اہل مغرب کے لیے حیرت اور تجسس کا باعث بنے رہے ہیں۔ بہت باعث حیرت اور نابغہ روزگار گروہ سادھو، یوگی اور سنیاسی فقیروں کا بھی ہے۔

یہ یوگی، سادھو اور سنیاسی اپنی تعلیمات کے مطابق نجات حاصل کرنے کے لیے دور جنگلوں اور غاروں میں رہتے اپنے جسم کو ریاضتوں سے طرح طرح کی تکلیفیں پہنچاتے۔ روحانی قوت اور ضبط نفس کے حصول کی خاطر ریاضت کا ایک طریقہ یوگا بھی ہے، جس پر سادھو عمل کرتے ہیں اس طریقہ ریاضت میں یوگی اتنی دیر تک سانس روک لیتے ہیں کہ موت کا شبہ ہونے لگتا ہے دل کی حرکت کا اس پر اثر نہیں ہوتا۔ سردی گرمی ان پر اثر انداز نہیں ہوتی یوگی طویل ترین فاقے کے بعد بھی زندہ رہتے ہیں۔ ان کی عبادت کا ایک حیرت انگیز نظارہ سادھوؤں اور یوگیوں کا دہکتے ہوئے شعلہ نشاں انگاروں پر ننگے قدم

پلٹنا اور بغیر جلے سالم نکل آنا، تیز دھار نوکیلے خنجر سے ایک گال سے دوسرے گال تک اور ناک کے دونوں حصوں تک اور دونوں ہونٹوں کے آرپار خنجر اتار دینا اور اس طرح گھنٹوں کھڑے رہنا، تازہ کانٹوں اور نوکیلے کیلوں کے بستر پر لیٹے رہنا یا رات دن دونوں پیروں یا ایک پیر کے سہارے کھڑے رہنا یا ایک ٹانگ اور ایک ہاتھ کو اس طویل عرصہ تک بے مصروف بنا دیا کہ وہ سوکھ جائے یا مسلسل الٹے لٹکے رہنا، ساری عمر ہر موسم اور بارش میں برہنہ رہنا، تمام عمر سنیاسی یعنی کنوارا رہنا یا اپنے تمام اہل خانہ سے الگ ہو کر بلند پہاڑوں کے غاروں میں عبادت کرنا وغیرہ بھی مختلف طریقے ہیں۔ گرمی، سردی، بارش اور ریتلی زمینوں پر ننگے بدن رہنا۔ اپنی ریاضتوں کو مقدس عمل سمجھتے جہاں یہ اپنے آپ کو دیوانہ وار تکلیفیں پہنچا کر انگاروں پر لوٹ کر، گرم سورج میں ننگے بدن بیٹھ کر، کانٹوں کے بستر پر لیٹ کر، درخت کی شاخوں پر گھنٹوں لٹک کر اور اپنے ہاتھوں کو بے حرکت بنا کر، یا سر سے اونچا لے جا کر اتنے طویل عرصے تک رکھتے تاکہ وہ بے حس ہو جائیں اور سوکھ کر کانٹا بن جائیں۔ ان جسمانی آزار کی ریاضتوں کے ساتھ دماغی اور روحانی مشقتوں کو بھی نجات کا ذریعہ سمجھا جاتا ہے۔ چنانچہ اس طرح کے سادھو فقیر تنہا شہر سے باہر غور و فکر میں مصروف رہتے اور ان میں سے بہت سے جھونپڑیوں میں اپنے گرو کی رہنمائی میں گروپ بنا کر بھی رہتے۔ ان میں سے کچھ گروپ بھیک پر گزارہ کرتے ہوئے سیاحت کرتے ان میں سے کچھ مادرزاد برہنہ رہتے اور کچھ لنگوٹی باندھ لیتے۔

اس مضمون میں ہم نے دنیا بھر کی مختلف کتب سے برصغیر کے ایسے حیرت انگیز نابغہ روزگار افراد کا تذکرہ اکٹھا کیا ہے جو اپنے دامن میں تجسس، اسرار اور حیرت کے سمندر سمیٹے ہوئے ہیں اور اہل مغرب کے لیے ہی نہیں بلکہ ہمارے لیے بھی ناقابل یقین ہیں۔

❖❖❖

شیخ ابو عبداللہ نے غور سے اُس شے کی طرف دیکھا جو خانِ اعظم کے دربار میں قالین پر لڑھکتی ہوئی اس کے اپنے قدموں تک آگئی تھی۔

یہ ایک تازہ کٹا ہوا انسانی سر تھا....

یہ چودھویں صدی کے ابتدائی عشرے کا ذکر ہے کہ چین کے شہر ہانگ چو میں خون کی بارش ہوئی۔ خون کی اس بارش کے ساتھ کٹے پھٹے انسانی ہاتھ، پاؤں، انگلیاں اور بازو آسمان سے برسنے لگے حتیٰ کہ خانِ اعظم کے پائیں باغ میں درخت خون سے نہا گئے اور باغ کی روشیں بریدہ انسانی

اعضا سے جڑ گئیں۔۔۔۔

خان اعظم کے محل میں جشن منایا جارہا تھا اور ملک کے کونے کونے سے رقاص، شعبدہ باز، جادوگر اور آتشباز محل میں جمع تھے۔

خان اعظم کے معزز مہمان شیخ ابو عبداللہ المعروف ابن بطوطہ نے اس جشن کی پوری تفصیل، نیز جادوگروں اور شعبدہ کاروں کے عجیب و غریب کمالات اپنی کتاب میں درج کیے ہیں۔

شیخ اپنے وطن طنجہ میں تو ایک گمنام آدمی تھا، مگر جب وہاں سے وہ سیاحت کے لیے نکلا، تو اس کی نگاہوں نے مشرق کے اسرار بھی دیکھے اور شاہی دربار اور ان کی سازشیں بھی۔ کہیں نوابوں اور بادشاہوں نے اسے انعام و اکرام سے نوازا اور کہیں وہ پھانسی پر لٹکتے لٹکتے بچا۔

ہانگ چو میں جشن کی شام کے جو واقعات شیخ نے بیان کیے ہیں، ان پر مختلف آرا کا جو اظہار اس کے زمانے میں ہوا، وہ آج تک جاری ہے۔ بہرحال شیخ نے جشن کی تفصیل کچھ ان لفظوں میں بیان کی ہے:

"جشن اپنے شباب پر پہنچا، تو خان اعظم کے ایک درباری شعبدہ باز نے لکڑی کی ایک گیند اپنے تھیلے سے برآمد کی۔ گیند سے ایک رسی بندھی تھی۔ اس نے گیند ہوا میں اچھالی، تو وہ بلند ہوتی چلی گئی حتیٰ کہ نگاہوں سے تقریباً اوجھل ہوگئی اور ہوا میں بغیر سہارے کے ڈولنے لگی۔ رسی ابھی تک زمین پر جھول رہی تھی۔ شعبدہ باز نے اپنے ساتھی لڑکے سے کہا کہ وہ رسی پکڑ کر اوپر چڑھ جائے۔ لڑکے نے ہوا میں تیرتی ہوئی چھوٹی سی گیند کی طرف نظریں اٹھائیں، غور سے اس کا جائزہ لیا اور اوپر چڑھنے سے انکار کر دیا۔ تب شعبدہ باز نے اپنے تھیلے سے چاقو نکالا اور اسے قتل کرنے کی دھمکی دی۔ لڑکے نے بادل ناخواستہ رسی پر چڑھنا شروع کیا۔ وہ رسی پکڑ کر اوپر چڑھتا اور پلٹ پلٹ کر اپنے آقا کو گالیاں دیتا جاتا اور شعبدہ باز ادھر سے اسے ملاحیاں سناتا تھا۔

رفتہ رفتہ لڑکا اتنی بلندی پر چلا گیا کہ نیچے سے محض ایک دھبا دکھائی دینے لگا اور اس کی آواز ایک ہلکی سی سنسناہٹ بن کر رہ گئی۔ پھر شعبدہ باز نے اسے نیچے آنے کا حکم دیا۔۔۔۔ دیر تک انتظار ہوتا رہا، لڑکا نیچے نہ اترا۔ شعبدہ باز نے پھر چیخ کر حکم دیا، لیکن کوئی جواب نہ آیا۔ اس حکم عدولی پر شعبدہ باز بے حد لال پیلا ہوا۔ اس نے چاقو دانتوں میں پکڑا اور رسی پر چڑھنے لگا یہاں تک کہ وہ بھی کھلے آسمان میں ایک نقطے کی طرح دکھائی دینے لگا۔ پھر یکایک اوپر سے شور و غوغا اور کشمکش کی آوازیں آنے لگیں۔ تھوڑی دیر میں اوپر سے خون برسنے لگا۔ اسی بارش میں کٹا ہوا ایک ہاتھ نیچے گرا، پھر ایک ٹانگ، اس کے بعد ایک پورا بازو اور آخر کار لڑکے کا بریدہ سر زمین پر آرہا۔ یہی وہ سر تھا جو لڑھکتا ہوا شیخ ابو عبداللہ کے قدموں تک آپہنچا تھا اور شیخ کا منہ حیرت سے کھلے کا کھلا رہ گیا تھا۔

شعبدہ باز پھر نیچے اترا۔ اس کا پورا لباس خون میں تر تھا۔ اس نے اپنے مددگار لڑکے کی لاش کے بریدہ حصے جمع کیے، ان پر سے خون پونچھا اور انہیں ایک جگہ جمع کر کے اوپر چادر ڈال دی۔ اس کے بعد اس نے چادر سے ڈھکے ہوئے ان بریدہ اعضا کو ایک زوردار ٹھوکر رسید کی۔ چادر کے اندر حرکت سی محسوس ہوئی اور لڑکا زندہ سلامت اٹھ کھڑا ہوگیا۔

یہ تفصیل شیخ ابو عبداللہ محمد ابن بطوطہ نے اپنے سفر نامہ میں بیان کی ہے۔

اس وقت سے اب تک کئی سیاحوں، سپاہیوں اور دوسرے لوگوں نے اس بات کی شہادت دی ہے کہ اس طرح کے واقعات ان کی اپنی نگاہوں سے بھی گزرے۔ بعض لوگوں کا خیال تھا کہ یہ واقعہ شیخ عبداللہ محمد ابن بطوطہ کے خلاق ذہن کی پیداوار ہے، لیکن ابن بطوطہ کے بعد بہت سے نامور لوگوں نے ہندوستان کے سفر کے دوران ایسے واقعات خود دیکھے اور ان کی تفصیل بیان کی۔

ڈاکٹر ولیم بیب اور روسی ناول نگار میکسم گورکی نے اپنے ہندوستان کے سفر نامے میں اسی طرح کے چند واقعات بیان کیے ہیں۔

اب مورخین یہ کہتے ہیں کہ ابن بطوطہ کا بیان بالکل سچا تھا۔ وہ پہلا آدمی تھا جس نے مغربی دنیا کو اس عجوبے سے روشناس کرایا۔

❖❖❖

ابن بطوطہ کی وفات کے دو سو برسوں بعد کا قصہ ہے کہ بنگالی شعبدہ بازوں کا ایک طائفہ شہنشاہ جہانگیر کے دربار میں پہنچا۔ ان کے پراسرار کمالات ملاحظہ کرنے کے لیے دربار آراستہ کیا گیا۔ شہنشاہ نے یہ کہہ دیا تھا کہ اگر شعبدے اسے پسند نہ آئے، تو اس طائفے کے تمام شعبدہ باز قتل کر دیے جائیں گے، لیکن ان بنگالیوں کے شعبدے تو صرف حیران کن ہی نہیں، ناقابل فراموش بھی تھے۔

جہانگیر نے اپنی تزک میں ایک پورا باب ان بنگالی شعبدہ بازوں کے عجیب عجیب کمالات بیان کرنے کے لیے وقف کیا ہے۔ ان میں اہم ترین چیز شعبدہ شجر تھی۔

طائفے کے مالک نے دعویٰ کیا کہ وہ کسی بھی درخت کا بیج بو کر منٹوں میں پودا اگا سکتا ہے۔ خان جہاں نام کے ایک امیر نے پیپل کا درخت تجویز کیا، چنانچہ ہر شعبدہ باز نے ایک ایک چھوٹا سا گڑھا کھودا اور اس میں بیج ڈال کر اوپر سے مٹی برابر کر دی۔ اب ان تمام گڑھوں پر سبز رنگ کی ایک چادر ڈال دی گئی اور طائفے کے مالک نے کچھ منتر پڑھنے شروع کیے۔ دو چار منٹ بعد جب چادر اٹھائی گئی، تو کونپلیں پھوٹ چکی تھیں۔ چادر پھر ڈال دی گئی اور تھوڑی دیر بعد وہاں پیپل کے پودوں کا ایک چھوٹا سا

مغل بادشاہ جہانگیر اور سادھو فقیر [مغل آرٹ برٹش میوزیم]

جھنڈ کھڑا تھا۔ ہر پودے کی اونچائی تقریباً چالیس انچ تھیں۔

❖❖❖

کہا جاتا ہے کہ بنگال میں ایک بازی گر اپنے ایک شیر کے ہمراہ سڑکوں پر پھرا کرتا تھا اور جب وہ تماشا دکھاتا تھا تو شیر کو کھول دیتا اور اسے اس قدر دھکے لگاتا، مارتا پیٹتا کہ شیر بپھر جاتا اور اس پر حملہ آور ہو جاتا تھا پھر شیر اور مداری آپس میں گتھ جاتے اور کچھ دیر ان میں خوفناک کشتی ہوتی رہتی۔ بعد ازاں بازی گر ایک خاص قسم کا ہتھیار اس کے گلے میں ڈال دیتا۔ مگر شیر بازی گر کو کاٹنے کی جرأت نہ کرتا تھا۔

مشہور ترین بازی گروں اور نٹوں میں موچھال نامی ایک فرقہ تھا۔ مغل بادشاہ بابر نے اس فرقے کے ایک شخص کا ذکر کرتے ہوئے لکھا ہے کہ وہ اپنے جسم پر سات کڑے چڑھا لیتا تھا پہلا ماتھے پر، دو ٹخنوں پر باقی چار میں سے دو اپنی انگلیوں میں اور اپنے انگوٹھوں پر اور اپنی جگہوں پر وہ چھلے بڑی تیزی سے گھومتے تھے۔

عام طور پر رسی کا کرتب بہت مشہور تھا۔ اس کو دیکھ کر نہ صرف اس زمانے میں بلکہ موجودہ زمانے میں لوگ حیرت میں پڑ جاتے ہیں۔ مثلاً ایک بازی گر ایک عورت کو ساتھ لے کر مجمع میں آتا تھا اور اس عورت کو اپنی بیوی بتاتا تھا۔ وہ بڑے ہی انداز سے کہتا "اسے آسمان کا سفر کرنا چاہیے"۔۔۔۔ حاضرین میں سے کوئی بھی اس کی اس تجویز سے اختلاف نہیں کرتا تھا وہ اپنے تھیلے سے ایک رسی نکالتا اور ایک سرا پکڑ کر دوسرا آسمان کی طرف پھینکتا۔ جو کہ اوپر معلق ہو جاتا اور وہ اس رسی پر اس طرح سے چڑھتا تھا جیسے کوئی سیڑھی پر چڑھتا ہو، اور فوراً ہی نظروں سے غائب ہو جاتا تھا۔ تھوڑی دیر کے بعد اس کے جسم کے اعضاء یکے بعد دیگرے زمین پر گرنے لگتے تھے۔ بیوی ان سب کو جمع کرتی جاتی تھی اور جمع کرنے کے بعد ہندوؤں کی رسم کے مطابق ان کو جلا دیتی۔ اور خود بھی اس آگ میں بھسم ہو جاتی، اس کے تھوڑی دیر بعد بازی گر ظاہر ہوتا تھا اور اپنی بیوی مانگتا تھا۔۔۔ تماشا دیکھنے والے پورا واقعہ شروع سے آخر تک اسے سناتے، مگر وہ یہ ظاہر کرتا تھا کہ اس کو ان کی باتوں پر یقین نہیں ہے، وہ اپنے تماش بینوں یا لوگوں پر جن کے کہنے سے اس نے تماشا دکھانا قبول کیا تھا۔ یہ الزام لگاتا کہ انہوں نے غیر قانونی طور پر اس کی بیوی کو اپنے گھر میں چھپا رکھا ہے۔ وہ ان لوگوں کے زنان خانے پر جا کر اپنی بیوی کو آواز دیتا۔ اور بڑے انداز سے وہاں سے مسکراتے ہوئے نمودار ہوتی تھی۔

بعض بازی گر تماش بینوں کے سامنے کسی شخص کو قتل کر دیتے اور اس کے جسم کے چار ٹکڑے کر ڈالتے، ان ٹکڑوں کو ایک کپڑے کے نیچے ڈھک دیتے، پھر بازی گر اشارہ کرتا، اور مقتول زندہ ہو جاتا۔

دوسری بازیوں میں آم کا کرتب قابل ذکر ہے، آم کی گٹھلی ایک برتن میں کیچڑ اور دوسری چیزوں کے ساتھ رکھ دی جاتی تھی، کچھ ہی دیر بعد کلے نکلنے، بور آنے اور پھل لگنے کے مراحل طے ہو جاتے اور پھل لگ جاتا۔ اس پھل کو کھا کر حاضرین تصدیق کرتے کہ واقعی آم ہی ہے۔

جہانگیر بادشاہ کو بازی گری کے تماشے دیکھنے کا

بہت شوق تھا۔ ایک مرتبہ بنگال کا بازی گر ایک لنگور لے کر بادشاہ کی خدمت میں حاضر ہوا، بازی گر نے اپنی انگلی سے ایک انگوٹھی اتار کر ایک لڑکے کو دے دی کہ وہ اسے چھپا لے، بعد ازاں اس نے لنگور کو چھوڑ دیا۔ لنگور بار بار اس لڑکے کے قریب جاتا تھا۔ جس نے انگوٹھی چھپا رکھی تھی، اور آخر انگوٹھی اسی لڑکے کے پاس سے برآمد ہوئی۔ اسی طرح دوسرے امتحانات بھی بادشاہ نے لیے اور ہر مرتبہ وہ لنگور امتحان میں کامیاب ہوا۔

جہانگیر بادشاہ کے دربار میں بازی گروں کا مجمع رہتا تھا اور مختلف شعبدے دکھائے جاتے تھے۔ جس کی تفصیل خلاصہ التواریخ میں درج ہے۔

❖❖❖

مشہور زمانہ کتاب Ripley's Believe It or Not! کے مصنف ہندوستان میں رابرٹ ریپلے کا ایک ایسے گروہ سے بھی سابقہ پڑا تھا جن کی آنکھوں میں ایکس ریز شعاعیں جیسی خاصیت تھی۔ ان میں اسے ایک ایسا فقیر ملا جس کی نگاہیں ٹھوس اشیاء کے آر پار دیکھ سکتی تھیں۔ فقیر نے اپنے اس کمال کا مظاہرہ ڈاکٹروں کی ایک ٹیم کے سامنے کیا۔ اس کی آنکھوں کے جوف میں گندھا ہوا آٹا بھر دیا گیا اور اس کے بعد گزوں کپڑا اس کے منہ پر لپیٹ دیا گیا۔ اس کے علاوہ اسے ایک ایسی ٹوپی پہنائی گئی جس سے اس کا سر، منہ سب کچھ پوری طرح ڈھک گیا۔ اس کے باوجود وہ واضح طور پر دیکھ سکتا تھا۔

ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ ایکس ریز جیسی قوت رکھنے والی نگاہ ناممکنات میں سے ہے، لیکن میڈیکل سائنس ان ایشیائی سادھوؤں جادوگروں اور شعبدہ بازوں کی قوتوں کی توجیہہ نہیں کر سکتی۔ دنیا میں ابھی بہت سی قوتیں ایسی ہیں جن کے راز ہم نہیں جانتے اور بہت سے اسرار ایسے ہیں جن پر سے ابھی تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا۔ مغرب کی نسبت یہ اسرار مشرق میں زیادہ پائے جاتے ہیں اور اکثر اوقات ناممکنات میں شمار ہوتے ہیں۔

❖❖❖

ہندوستان میں یوگی اپنی سانس روکنے کے عمل پر بھرپور قدرت رکھتے تھے۔ جرمنی کے ایک سیاح پال ڈیوسن اپنے سفرنامے اور ٹینٹیرین میں بنارس کے ایک یوگی ہتھسو گانامی کا تذکرہ کیا ہے۔ جو ایک مرتبہ اپنا سر زمین میں دفن رکھ کر 9 گھنٹے تک سر کے بل الٹا

معمول تھا۔

❖❖❖

ہندوستان کے بعض یوگی سادھو لوگ عموماً تپسیہ (چلہ کشی) کے لیے جنگلوں اور پہاڑوں پر چلے جاتے تھے اور برفانی چوٹیوں پر منفی درجہ حرارت پر رہتے تھے۔

1930ء میں ایک فوجی انجینئر کیپٹن ہینیکر، لداخ میں 17000 فٹ اونچائی پر برف کے شدید طوفان سے دوچار تھا۔ درجہ حرارت نقطہ انجماد سے کہیں نیچے تھا۔ کیپٹن ہینیکر اور اس کے ساتھیوں نے ایک لاما کو کپڑوں سے آزاد دیکھا جو برف کے اس طوفان میں ایک چٹان پر آلتی پالتی مارے پرسکون انداز میں بیٹھا تھا۔

دریافت کرنے پر معلوم ہوا کہ وہ مقدس مقامات کی زیارت کے لیے جارہا تھا۔ ایسا ہی مشاہدہ 1952ء میں سوئس کوہ پیماؤں کی ایک جماعت نے کیا جب ماؤنٹ ایورسٹ کے قریب انہیں آدمیوں کا ایک گروہ نظر آیا۔

گہری کہر کی وجہ سے وہ انہیں واضح طور پر تو نہ دیکھ سکے، لیکن ان کی مبہم شکل و شباہت اور نقوش قدم سے انہوں نے اندازہ لگایا کہ یہ گروہ انہی پراسرار برفانی انسانوں کا تھا جن کا ذکر مختلف تحریروں میں پایا جاتا ہے۔

❖❖❖

لاہور میں ایک فقیر صاحب اللہ نامی رہتا تھا، اس نے ساری زندگی اپنا تن ڈھانپنے کے لیے لوہے کے سنگل اور آہنی زنجیریں لباس کے طور پر استعمال کی تھیں، بابا کو جہاں کوئی زنجیر یا سنگل نظر آتا اپنے جسم پر پہن لیتے۔ ان کا نام بابا سنگل شاہ پڑ گیا، عموماً پنجاب کے لوگ انہیں "سائیں کھڑ کھاڑ" کہہ کر پکارتے تھے، کہا جاتا ہے کہ بابا کی عمر ابھی تیرہ برس ہی کی تھی جب اس نے جگہ جگہ سے زنجیریں، لوہے کے ٹکڑے اور پتریاں جوڑ جوڑ کر اپنا لباس تیار کرنا شروع کیا، اس کے بعد وہ ساری عمر اس میں اضافہ کرتے رہے اور لوہے کے پیوند لگاتے رہے اور جب بابا فوت ہوئے تو ان کے لباس کا وزن سوا آٹھ من 330 کلو کے قریب تھا۔

❖❖❖

لاہور ہی میں ایک فقیر اُتھان نے اپنی زندگی کے 62 برس 1851ء سے 1913ء مسجد وزیر خان کی سیڑھیوں پر بیٹھے گزار دیے، کہا جاتا ہے کہ اسے اس کے والدین پانچ برس کی عمر میں مسجد کی سیڑھیوں پر چھوڑ گئے تھے اس وقت سے اپنی وفات تک اتھان اُنہی

چلنے اور کٹھ پتلی کا ناچ دکھانے والے عام طور پر جمع ہوجاتے تھے۔

بھارت کے طول و عرض میں آج بھی اس قسم کے جٹادھاری یا ننگ دھڑنگ اور خاکستر ملے سادھوؤں کی ایک بڑی تعداد جنگلوں، دریاؤں اور پہاڑوں میں کثرت سے پائی جاتی ہے۔ موجودہ دور میں مافوق الفطرت صلاحیتوں والے سادھو، یوگی اور سنیاسی بہت کم ہیں اور محض چند ایک خطوں تک ہی سمٹ کر رہ گئے ہیں، مگر کئی ایسے شعبدہ باز اور بازی گر ہیں جو یا تو بازاروں میں مجمع لگاتے ہیں یا کسی کلب یا اسٹیج میں فنی مظاہرے کرتے ہیں۔ دنیا ان کی شعبدہ بازیوں کو آج بھی حیرت سے دیکھتی ہے۔ سادھو اور یوگیوں کے یہ نابغہ کرشمے آج بھی سائنسدانوں کی نظر میں ناقابلِ تفہیم Occult کہلائے جاتے ہیں۔

❄

سیڑھیوں کو اپنا گھر سمجھتا رہا۔ اس کی گذر اوقات کے لیے بھیک کے چند ٹکڑے کافی ہوا کرتے تھے اور ہر قسم کے موسم کا مقابلہ انہی سیڑھیوں پر کیا کرتا تھا اور انہی سیڑھیوں پر اس نے 1913ء میں 67 برس کی عمر میں وفات پائی۔

❖❖❖

بنگال کے ایک فقیر آگاستیہ نے اپنی زندگی کے آخری دس برس اس طرح گزارے تھے کہ اس کا ایک ہاتھ مستقلاً ہوا میں بلند رہا تھا۔ ابتدائی تین مہینوں کے بعد فقیر آگاستیہ کے ہاتھ میں خون کی گردش مکمل طور پر رک گئی تھی، اس کا ہاتھ لکڑی کی طرح سخت ہوگیا تھا، حتیٰ کہ اس میں ایک مرتبہ کبوتروں نے بھی اپنا گھونسلہ بنالیا تھا۔ اگاستیہ کا انتقال 1912ء میں ہوا۔ مرنے کے بعد بھی اس کا ہاتھ سیدھانہ کیا جاسکا۔

❖❖❖

پہلے زمانے میں سادھو، یوگی اور سنیاسیوں کو بادشاہوں کی سرپرستی حاصل ہوتی تھی۔ ہر بادشاہ کے دربار سے بازی گر، مداری، گویے، سپیرے وغیرہ منسلک ہوتے تھے۔ صرف نیچے درجے کے بازی گر بازاروں میں اپنے مینڈھوں یا بندروں کو طرح طرح سے نچا نچا کر کسبِ معاش کرتے تھے۔ میلوں، ٹھیلوں اور شادی بیاہ کے موقعوں پر رسی پر

عجب غضب

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

ناسکا کی پراسرار لکیریں

جنوبی امریکہ کی ریاست پیرو کے دو قصبوں ناسکا اور پلاپا کے درمیانی علاقے میں اسی کلو میٹر کے رقبے پر کچھ ایسا اندھ ہے جو ایک طویل عرصے سے ماہرین آثاریات کے لیے چیستان بنا ہوا ہے۔ ہم زمین کا نقشہ کہیں تو کچھ عجیب نہیں ہوگا، وہ اس لیے کہ اس صحرائی میدان پر بڑی بڑی لائنوں میں تصاویر بنی ہوئی ہیں، ماہرین اسے ناسکا لکیریں Nazca Lines کہتے ہیں۔

اس خطہ زمین پر سیکڑوں عجوبہ اشکال ہیں جن میں کچھ انتہائی پیچیدہ ہیں۔ کہیں ان لکیروں میں بندر کا عکس دکھائی دیتا ہے، تو کہیں مچھلی کا، کبھی ان میں سے چھپکلی جھلکتی ہے تو کبھی مکڑی!.... وھیل، ہمنگ برڈ، چھپکلی، کتا، پیلیکن، ستارے، تکون، انسان، گلاب، درخت، ہاتھ اور دیگر جانور اور پرندوں کے ساتھ ساتھ بعض نمونے تجریدی آرٹ کے بھی بنے ہوئے ہیں۔ دیکھنے میں تو یہ محض جغرافیائی اشکال ہیں۔ لیکن صحرائے ناسکا میں موجود ان اشکال کا مشاہدہ فقط اسی وقت ممکن ہے جب محقق کو ہوائی جائزے کی سہولت میسر ہو، کیونکہ زمین پر رہ کر ان کو پہچاننا ناممکن ہے۔ ان لائنوں سے بنی ضخیم تصاویر کو کم از کم 600 فٹ کی بلندی ہی سے دیکھا جاسکتا ہے۔ اور یہ امر انتہائی حیران کن ہے کہ اس علاقے میں اتنا اونچا کوئی مقام ہے ہی نہیں جہاں سے اشکال بنانے کے کام کی نگرانی کی جاتی پھر اتنی مکمل اور درست اشکال کو کس ذریعے سے دیکھ کر اتنی درستگی سے بنایا گیا....؟

اندازوں کے مطابق یہ جغرافیائی اشکال آج سے ڈیڑھ دو ہزار برس قبل تشکیل دی گئیں، ان کو دیکھتے ہی سوال پیدا ہوتا ہے کہ یہ کیسے اور کیوں بنائی گئیں....؟

سوچیے....! کیا اس وقت یہ ممکن تھا کہ کسی ٹیکنالوجی کے بغیر اس قسم کا کارنامہ انجام دیا جاسکے....؟

جنوبی امریکہ میں سڑکوں کی تعمیر کرنے والے لوگوں نے پیرو کے مغربی کنارے پر زمین پر عجیب و غریب لمبی لمبی گہری لکیریں دیکھیں۔ انہیں پتہ چلا کہ یہ خطوط 2000 سال پرانی "انکا" نامی ریڈ انڈین قوم نے بنائے تھے.... ایک عرصے تک ان لکیروں کو "انکا کی سڑکیں" کہا جاتا رہا.....

1927ء میں پیرو حکومت نے علاقے کے سروے کے لیے ہوائی جہازوں کا استعمال کیا۔ جب پہلا جہاز پہلی مرتبہ 3000 فٹ کی بلندی پر پہنچا تو اس پر سوار ماہر نے ان لکیروں کو دیکھا تو وہ حیرت میں ڈوب گیا ۔ اس نے دیکھا کہ صحرا میں یہ لکیریں بے ترتیب نہیں بلکہ یہ خاص قسم کی شکلیں بنا رہی ہیں۔ جب جہاز 6000 فٹ کی بلندی پر پہنچا تو پائلٹ اور دو ماہر چونک اٹھے۔ ان کے سامنے چاروں طرف تا حد نگاہ آرٹ کی دنیا کا سب سے بڑا شاہکار موجود تھا۔ ایک بہت بڑی مکڑی، بہت بڑا بندر، مچھلی، کیڑے مکوڑے، پرندے، انسانی اشکال، سو سے زیادہ چکر کھاتی لکیریں، مثلثیں اور تیرہ ہزار بالکل سیدھے خطوط ایک قاتل وہیل اور ایک ایسا شکر خورہ جس کے پروں کا پھیلاؤ 200 فٹ سے زائد تھا، اس صحرا کے ڈرائنگ بورڈ کی زینت تھے۔ اس کے علاوہ بعض نامعلوم چیزوں کی اشکال بھی موجود تھیں۔

اس سے پہلے کسی مہذب انسان نے ان شکلوں کو نہ دیکھا تھا کیونکہ زمین پر رہ کر ان کو پہچاننا ناممکن تھا۔ اور یہ محض بالائی فضا سے دیکھی جا سکتی ہیں۔ ان کو دیکھتے ہی انسانی ذہن میں یہ سوال پیدا ہوتا ہے کہ آخر انہیں کیسے تخلیق کیا گیا....؟ ان پر اسرار شکلوں کی اہمیت کیا ہے۔ انہیں کیوں بنایا گیا....؟ آیا یہ آگاہی کی یا خبر داری کی کوئی علامت ہیں....؟ کیا یہ جانور کی اشکال قدیم دیوتاؤں کی جانب اشارہ کرتی ہیں، یا یہ تاروں کے جھرمٹ کا عکس ہے....؟ کہیں یہ لکیریں تاروں کے راستوں کی نشان دہی تو نہیں کرتیں....؟ کیا یہ ایک بڑا نقشہ نہیں ہو سکتا....؟

ان اشکال کی معنویت فقط فضا سے دیکھنے ہی پر سامنے آتی ہے۔ زمینی جائزے سے ان کا کوئی مطلب سمجھ میں نہیں آتا یعنی یہ اپنی معنویت کھو دیتی ہیں۔ دو ہزار سال قبل، اس خطے میں بسنے والے جدید ٹیکنالوجی سے محروم باسیوں نے آخر یہ اشکال کس طرح تشکیل دیں....؟ کیا انہیں اڑن کھٹولے یا فضائی سفر کی سہولت میسر تھی....؟

ماہرین کے مطابق پہلی صدی عیسوی سے آٹھویں صدی تک کا عرصہ نا۔کا تہذیب کے عروج کا دور تھا۔ یہ تہذیب پیرو کے جنوبی خشک حصے کی دریائی وادی میں آباد تھی۔ اندازوں کے مطابق یہاں کے باسیوں پر Paraces تہذیب (جس کا زمانہ 600 قبل مسیح سے 175 قبل مسیح ہے) کے کافی گہرے اثرات پائے جاتے تھے، جن کی وجہ شہرت کپڑا سازی کی پیچیدہ تکنیک اور ترقی یافتہ زرعی نظام تھا۔ اس تہذیب کا تعلق جنوبی امریکہ کے طویل پہاڑی سلسلے کوہ اینڈیز سے تھا۔

نا۔کا تہذیب کی ایک وجہ شہرت دستکاری، کوزہ گری اور کپڑا سازی تھی۔ انہیں زیر زمین آب راہ بنانے میں بھی مہارت حاصل تھی۔ اس علاقے میں موجود کئی قدیم نالیاں آج بھی قابل استعمال ہیں، تاہم اصل شہرت و شناخت اس تہذیب کو اپنی ان جغرافیائی اشکال ہی کے باعث حاصل ہوئی۔

یہ زمین پر **موجود گم** گہرے یا اتھلے ڈیزائن ہیں۔
اشکال تشکیل دینے والوں نے سطح زمین پر پھیلے سرخ کنکروں کو ہٹا دیا جس سے نیچے کا سفید حصہ جھلکنے لگا۔ ناسکا کے قدیم باسیوں نے بھاری پتھر گھسیٹ کر صحرا کی بھوری زمین کے نیچے کی زردی مائل بھوری زمین کو ظاہر کر کے یہ لکیریں کھینچی ہیں۔ یہ لوگ شاید کئی صدیوں تک اتنی سخت مشقت کرتے رہے ہوں گے۔ ان میں سو سے زائد اشکال جیومیٹریکل ہیں، جبکہ ستر کے قریب انسانی شبیہ سے مشابہت رکھتی ہیں۔ چند سادہ اشکال بھی ہیں۔ ان لکیروں، سے تشکیل پانے والی سب سے بڑی شکل سوئی اور دھاگہ کی طرح ہے جو 2800 فیٹ کے علاقے پر پھیلی ہوئی ہے۔ یہ موجودہ دور کی سب سے طویل القامت عمارت برج الخلیفہ کی اونچائی سے بھی زیادہ ہے۔

ناسکا لکیروں کو کیوں بنایا گیا....؟ اس اس سوال کا جواب تلاش کرنے کا بیڑا سب سے پہلے نیویارک کی لانگ آئی لینڈ یونیورسٹی کے پروفیسر پال کوسوک Paul Kosok اور ان کی جرمن اسسٹنٹ ماریا ریچی Maria Reiche نے اٹھایا تھا۔ 1903ء میں پیدا ہونے والی جرمن ماہر ریاضی ماریا ریچی نے اپنی زندگی کے پچاس سال اس پراسرار وادی میں تحقیق کرتے گزارے۔ تعلیم مکمل کرنے کے بعد انہوں نے 1932ء میں عملی زندگی میں قدم رکھا اور شعبہ تدریس سے وابستہ ہو گئیں۔ 1940ء میں وہ ممتاز امریکی ماہر آثاریات پال کوسوک کی نائب بن گئیں۔ واضح رہے کہ ناسکا اشکال کو دنیا کے سامنے لانے کا سہرا پال کوسوک ہی کے سر باندھا جاتا ہے۔ 1946ء میں وہ اس علاقے کی نقشہ سازی کے کام میں جت

ہزاروں فیٹ کی بلندی سے لی گئی چند اشکال کی تصاویر ہیں ان تصاویر میں سب سے چھوٹی تصویر کا سائز 25 میٹر ہے اور سب سے بڑی تصویر 275 میٹر لمبی ہے۔

گئیں اور پھر اپنی ساری زندگی ای کے لیے وقف کردی۔ انہوں نے پہلے ہوائی جہاز کے ذریعے علاقے کی تصاویر حاصل کیں پھر ایک سخت مشقت طلب کام شروع ہوا۔ تپتی دھوپ میں صدیوں پرانی ریت کھرچی جاتی تاکہ زیادہ واضح تصاویر حاصل ہوں۔

ایک برس کی محنت کے بعد محض چند درجن اشکال صاف ہوئیں۔ دھوپ سے بچنے کے لیے وہ صبح صبح نکل رہی تھیں۔ اینڈیز کے پیچھے سے طلوع ہوتے آفتاب کو دیکھ کر ڈاکٹر نے گویا ان لکیروں کا راز پالیا۔

اپنی کتاب (The Mystery Of The Desert) میں انہوں نے اپنے نظریات کی وضاحت کی کہ یہ بہت بڑا فلکیاتی چارٹ تھا جو ستاروں اور سیاروں کی سمتوں کا تعین کرتے ہوئے موسموں کے تغیر کی تشریح کر رہا تھا۔ یہ اس لیے کیا گیا تاکہ نازکا کے کسان فصلوں کی بوائی کے بارے میں جان سکیں....؟

مگر یہ سوال بھی اٹھتا ہے کہ کئی صدیاں محض اسی مقصد کے حصول کے لیے اتنی سخت مشقت کے حصول کے لیے اتنی سخت مشقت میں صرف کی گئیں....؟

نازکا اشکال کے حوالے سے ان کے نظریات کو علمی حلقوں میں خصوصی اہمیت دی جاتی ہے۔ ان کے نظریے کے مطابق ان اشکال کے خالق انہیں بطور شمسی کیلنڈر اور بعض اوقات فلکیاتی مشاہدے کے لیے استعمال کرتے تھے۔ چونکہ ان لکیروں کو فقط فضائی جائزے کے ذریعے دیکھا جاسکتا تھا، اس لیے انہوں نے سروے کے دوران پیرو کی ائرفورس سے بھی مدد حاصل کی۔ ڈاکٹر کوسوک اور ماریا کا یہی خیال تھا کہ اس عظیم فلکیاتی چارٹ میں جانوروں کی شکلیں مختلف سیاروں کو ظاہر کرتی ہیں۔ جہاں پرندے نسبتاً تیز رفتار سیاروں زہرہ اور مریخ اور مکڑی مشتری اور زحل وغیرہ کو ظاہر کرتے ہیں۔ جبکہ خطوط ستاروں کی پوزیشن کا اظہار ہیں۔ اس نظریے کی بنیاد پر کہا گیا کہ جس وقت تصاویر بنائی جارہی تھیں تو ان لکیروں کے حساب سے سورج چاند ستاروں کی پوزیشن ٹھہرتی ہے جو سن 500ء کے دور کو ظاہر کرتی ہے۔

1985ء میں ماہر آثار قدیمہ جون رین ہارڈ Johan Reinhard نے تاریخی جائزوں اور اپنی تحقیق پر مبنی مواد شائع کیا تھا جس میں یہ خیال پیش کیا گیا کہ نازکا تہذیب میں پہاڑوں اور پانی فراہم کرنے والے دیگر ذرائع کو خصوصی اہمیت حاصل تھی۔ وہاں بسنے والوں کی معیشت کا انحصار بھی پانی ہی پر تھا۔ اس محقق کے مطابق یہ اشکال دراصل ان مذہبی رسومات کی عکاس ہیں جن کا براہ راست تعلق پانی کی دستیابی، زمین کی زرخیزی اور فصلوں سے ہے۔ ساتھ ہی یہ ان راستوں کی بھی نشان دہی کرتی ہیں جہاں قدیم دور میں کسی، برتر قوت، کی پرستش کی جاتی تھی۔ دوسری جانب جانوروں اور انسانوں کی واضح اشکال برتر ہستی سے مدد کے تقاضے کا ایک ثقافتی اظہار ہے۔

ایک سوئس محقق ہنری اسٹیرلین Henri Stierlin نے 1983ء میں منظر عام پر آنے والی اپنی کتاب میں نازکا اشکال کا تعلق قدیم دور میں تیار ہونے والے دھاگوں سے جوڑا ہے جو Paracas تہذیب کی ممیز یعنی مردہ اجسام کو محفوظ رکھنے یا انہیں لپیٹنے کے لیے استعمال ہوتے تھیں۔ اس کتاب

میں یہ خیال بھی پیش کیا گیا کہ یہ لکیریں اس دور میں لوم کپڑا تیار کرنے والی مشین) کے طور پر استعمال کی جاتی تھی جہاں طویل دھاگے تیار اور علیحدہ کیے جاتے تھے اور یہی اس علاقے کی وجہ شہرت بھی تھی۔ اس نظریے میں لکیروں میں سے جھلکتے انسان اور جانوروں کے عکس کو وہاں کی ثقافت کا حصہ قرار دیا گیا ہے۔

کولگیٹ یونیورسٹی نیویارک سے منسلک علم فلکیات اور علم بشریات کے ماہر ڈاکٹر انتھونی ایف ایونی Dr. Anthony F. Aveni کو قدیم میکسیکو کی مایا تہذیب کی فلکیاتی تاریخ پر تحقیق کے حوالے سے شہرت حاصل ہے۔ وہ فلکیاتی موضوعات پر دو درجن سے زائد کتابیں لکھ چکے ہیں۔ امریکہ سے شائع ہونے والے رسالے "آرکیالوجی" کے ایک شمارے میں ڈاکٹر انتھونی کا ایک مضمون شائع ہوا تھا، جس میں انہوں نے ناسکا اشکال کے موضوع پر طویل بحث کی۔ ان کے مطابق لکیروں کی ترتیب انہیں بنانے والے انسانوں اور فلک شناسی کے علم کی جانب اشارہ کرتی ہے۔ ان کا تعلق سورج کے طلوع اور غروب ہونے اور وادی میں پانی کی آمد سے رہا ہوگا۔ ان کے نزدیک ہمارے لیے فقط وہی نظریہ قابل قبول ہے جس کا جائزہ ہم شمالی امریکہ کے پہاڑی سلسلے کوہ اینڈیز کے بارے میں موجود عمومی اور ناسکا تہذیب کے بارے میں موجود خصوصی معلومات کی روشنی میں لے سکیں۔ وہ اس بات پر زور دیتے ہیں کہ ہم ناسکا اشکال کو مزید مافوق الفطرت (سپر نیچرل) انسانوں کی مصنوعات کے طور پر نہیں دیکھ سکتے کیونکہ شواہد بتاتے ہیں کہ ان کے پاس جدید ریاضی

زمین سے یہ محض سڑک کی طرح نظر آتی ہیں

اور علم ہندسہ کے بارے میں زیادہ معلومات نہیں تھی۔ انہوں نے برتن سازی اور دھات سازی کے لیے بھی زیادہ جدید اور پیچیدہ تکنیک استعمال نہیں کیں۔ وہ اپنے تجربے کی بنیاد پر کہتے ہیں کہ ناسکا کی اشکال کو سمجھنے کے لیے ہمیں اپنے بحث و مباحثے کو ہاتھ باندھ دینے والی محدود تکنیک، سے راہ فرار اختیار کرنی ہوگی۔

ایک ماہر جم وڈمین Jim Woodmann نے یہ خیال پیش کیا تھا کہ ناسکا اشکال اس دور میں موجود کسی انسان بردار اڑنے والے مشین کی نشان دہی کرتی ہیں۔ کیونکہ ان لکیروں سے جھلکتی انسانی و حیوانی اشکال کا مشاہدہ فقط ہوائی جائزے کے ذریعے ہی ممکن ہے۔ جم وڈمین کے مطابق 1500 برس سے زائد پرانی قبروں سے ماہرین اثریات نے پرانے زمانے کے کپڑوں کے ایسے خوبصورت ٹکڑے حاصل کیے ہیں جن کی بنائی بہت مضبوطی سے کی گئی

ہے۔ اس بات کو ذہن میں رکھتے ہوئے جم ووڈ مین نے کہا کہ نالیوں یا خطوط کے اختتام پر بعض جگہ پتھر کی ایسی ساختیں نظر آئی ہیں جن پر چولہے کا گمان ہوتا ہے۔ اور قدیم برتن جو ملے ہیں ان میں سے بعض پر ایسی تصاویر موجود ہیں جن میں ایک گلوب سا دکھایا گیا ہے جس کے ساتھ گھاس پھوس کی بنی ہوئی "کے تو" کشتی دکھائی گئی ہے۔

اگر ان تین باتوں کو ذہن میں رکھا جائے تو نتیجہ سامنے آتا ہے کہ اہل نازکا گرم ہوا کے غباروں میں بیٹھ کر فضا سے نیچے کی اشکال کا مشاہدہ کرتے تھے۔ قدیم کپڑے کی مضبوط بناوٹ کی بدولت اگر ایک بڑا سا غبارہ سی لیا جاتا تو اس میں سے ہوا کا اخراج زیادہ نہیں ہوتا ہوگا۔ اس کپڑے کے غبارے سے "کے تو" باندھ کر چولہے سے گرم ہوا داخل کر کے غبارہ بھر لیا جاتا ہوگا اور بلند ہوتے ہوئے غبارے کے ساتھ بندھی کے تو میں بیٹھے ماہر نیچے کا جائزہ لے لیتے ہوں گے۔ جم کے مطابق ہوا میں اڑنے والا غبارا اس دور میں دستیاب واحد ٹیکنالوجی ہو سکتی ہے۔ اس نظریئے کو دیگر ماہرین کی جانب سے شدید تنقید کا نشانہ بنایا گیا۔ جم کے مخالفین نے یہ موقف اختیار کیا کہ اس دور میں اس قسم کی کوئی ٹیکنالوجی انسانی دسترس میں نہیں تھی۔

اس حوالے سے ایک حلقہ یہ خیال پیش کرتا ہے کہ ان اشکال کا بنیادی مقصد دوسرے سیاروں کی مخلوق سے رابطہ تھا۔ واضح رہے کہ اس موضوع میں دلچسپی لینے والوں کی بڑی تعداد اسی خیال کی حامی ہے۔ کیونکہ ان لکیروں کو بغیر کسی فضائی سفر کے دیکھنا ممکن نہیں۔ اس لیے نازکا لکیروں کی کڑی اس مفروضے سے جڑتی دکھائی دیتی ہے جس کے مطابق اہرام مصر دراصل دوسرے سیاروں سے آنے والی مخلوق کے ترقی یافتہ ذہن کی کاوش ہیں۔ اہرام مصر، برمودا ٹرائی اینگل اور نازکا اشکال کے بارے میں یہی رائے پائی جاتی ہے۔

ایک خیال یہ بھی ہے کہ نازکا تہذیب ہماری توقع سے زیادہ ترقی یافتہ اور ذہین تھی، انہیں مستقبل بینی کی صلاحیت بھی حاصل تھی اور ان کی بنائی ہوئی یہ اشکال دراصل موجودہ دور کی تہذیب کو مستقبل کے بڑے خطروں سے متنبہ کرنے کی ایک کوشش ہے۔

آرٹ کے یہ نمونے صرف نازکا میں ہی پائے نہیں جاتے، نازکا سے 200 میل دور جنوب میں بھی اسی طرح کی شکلیں بنائی گئی ہیں۔ اسی طرح کولریڈو دریا کے پاس کیلی فورنیا میں بھی نازکا سے مشابہ شکلیں نظر آتی ہیں۔

اسی طرح پیرو میں "مارکا ہواسی" کے مقام پر پہاڑیوں میں چٹانوں کو تراش کر انسانی چہرے، ببر شیر، اونٹ، دریائی گھوڑے اور مگرمچھ سے مشابہ حیوانی شکلیں تراشی گئی ہیں۔ لطف کی بات یہ ہے کہ یہ صرف خاص خاص موقعوں پر واضح ہوتی ہیں جیسے گرمیوں کے دنوں میں جب سورج کی شعاعیں ان پر دائیں جانب سے ترچھی پڑیں تو یہ صاف نظر آتی ہیں۔

نازکا صحرا کے سینے پر کندہ ان لکیروں کا گورکھ دھندا نہ تو پریشان کن ہے اور نہ ہی بدنظم! ان میں ترتیب پائی جاتی ہے، جو قابل توجہ اور قابل غور ہے۔ یہ ترتیب ہمیں ان لوگوں کے بارے میں بتاتی ہے، جو کبھی یہاں بستے تھے اور شاید کسی ایسی ٹیکنالوجی کے مالک تھے جسے آج کی دنیا نہیں جانتی۔

بڑھیا کو خود بھی معلوم نہیں تھا کہ اس کے ساتھ کیا ہوا ہے، اس کے ارد گرد کیا ہو رہا ہے۔ اس نے چراغ کی طرف ایک لمحے کے لیے بھی نہیں دیکھا تھا، وہ چلی جا رہی تھی اور اس کے دائیں بائیں اور پیچھے حیران و سراسیمہ لوگ قدم اٹھا رہے تھے۔

ساتواں چراغ

میرزا ادیب

گرمی ہو یا سردی، شمالی پہاڑی کی بلندیوں سے سرد ہوائیں مسلسل نیچے اترتی رہتی تھیں۔ کبھی تو بڑی بوجھل ہوتیں اور کبھی نسبتاً ہلکی۔ یہ ہوائیں جب بھی اس بے آب و گیاہ علاقے سے گزرتی تھیں تو کہیں بھی ٹھہرنے کا نام نہیں لیتی تھیں کیونکہ کوئی دیوار، درختوں کی کوئی قطار ان کے راستے میں حائل نہیں ہو سکتی تھی۔ یہ برابر آگے بڑھتے چلی جاتیں۔ گو باباصاب کے مقبرے تک پہنچتے پہنچتے ان کی رفتار کبھی کبھی مدھم بھی پڑ جاتی تھی، تاہم جس وقت بھی وہ اس مقبرے کی بوسیدہ دیواروں سے ٹکراتی تھیں تو دیکھنے والے کو فوراً یہ احساس ہو جاتا تھا کہ یہ دیواریں فی الفور زمین بوس ہو جائیں گی، مگر برسوں سے ہواؤں کا یہ عمل جاری تھا اور مقبرے کی یہ کمزور دیواریں بدستور اپنی جگہ پر کھڑی تھیں۔ یہ ضرور ہے کہ ان میں کہیں کہیں رخنے پڑ گئے تھے اور ہواؤں کے جھونکے ان رخنوں سے گزر کر ٹوٹے پھوٹے مزار کو چھوتے ہوئے آگے نکل جاتے تھے۔

یہ باباصاب کون تھے....؟ ان کی یہ ابدی قیام گاہ کب تعمیر ہوئی تھی اور ان دیواروں نے کب سر اٹھایا تھا....؟ ان باتوں کا کسی کو بھی علم نہیں تھا۔

بابا صاب کے مقبرے سے ڈیڑھ میل دور جنوب کی جانب ایک چھوٹا سا گاؤں جی جی پور ضرور آباد تھا لیکن اس گاؤں کا بوڑھے سے بوڑھا آدمی بھی ان سوالوں کا جواب دینے سے قاصر تھا۔

اس گاؤں کو آباد ہوئے نصف صدی سے زیادہ مدت نہیں بیتی تھی۔ اس سے

پہلے یہاں پانی ہی پانی تھا۔ پھر جب اس پانی کو مصرف میں لانے کے لیے ایک قریبی نہر میں منتقل کر دیا گیا تو دلدلی علاقہ سورج کی تمازت سے سوکھ کر اس قابل ہو گیا کہ یہاں لوگ کچے پکے مکان بنا سکیں۔ ارد گرد دیہات میں رہنے والوں نے میلوں پھیلی ہوئی اس زمین کو دیکھا جہاں وہ آسانی سے مکانات تعمیر کر سکتے تھے، کھیت بنا کر فصلیں اگا سکتے تھے تو وہ ادھر آنے لگے۔ چند ہی سال میں یہاں اچھی خاصی آبادی ہو گئی۔

اس گاؤں کا نام "جی جی پور" کیسے پڑا....؟

اس سلسلے میں گاؤں کے پرانے لوگ بتاتے تھے کہ جب ان میں سے کسی نے سب سے پہلے مکان بنایا تو یہاں ایک جھونپڑی میں ایک بوڑھا شخص رہتا تھا جو بالعموم نیم عریاں حالت میں دکھائی دیتا تھا۔

یہ شخص بابا صاب کا مرید خاص تھا، وہ دن کا سارا وقت تو اپنی جھونپڑی ہی میں بسر کرتا تھا اور جیسے ہی شام کی تاریکی فضاؤں میں پھیلنے لگتی تھی، بابا صاب کے مزار پر چلا جاتا اور تمام رات وہیں گزار دیتا تھا۔

بابا صاب کو ماننے والے لوگ مزار پر کچھ نہ کچھ نذر چڑھاتے رہتے تھے۔ یہ شخص اس میں سے تھوڑا سا حصہ وصول کر کے باقی زائرین ہی میں بانٹ دیتا تھا اور یوں اس کے لیے قوت لایموت کا سامان مہیا ہو جاتا تھا۔

گاؤں کا نام اسی شخص کی نسبت سے مشہور ہوا تھا۔ اس کا حقیقی یا پیدائشی نام کیا تھا، کسی کو بھی معلوم نہیں تھا اور نہ وہ کسی کو اپنے بارے میں معلومات بہم پہنچانے کا خواہش مند ہی تھی۔ اصل معاملہ یہ تھا کہ وہ ہر دوسرے فقرے پر "جی جی" کہتا تھا، یوں کہنا چاہیے کہ "جی جی" اس کا تکیہ کلام تھا۔ اس کے پاس عقیدت سے آنے والوں نے اسے بار بار "جی جی" کہتے سنا تو اس کا نام ہی "جی جی میاں" پڑ گیا اور اس طرح یہ گاؤں جی جی پور مشہور ہو گیا۔

گاؤں والے جی جی میاں کا بہت احترام کرتے تھے اور جو کچھ وہ کہتا تھا اسے صحیح تسلیم کر لیتے تھے۔

جی جی میاں نے گاؤں کے خاص خاص لوگوں کو بتایا تھا کہ بابا صاب بڑے اونچے درجے کے بزرگ تھے مگر طبیعت کے لحاظ سے جلالی تھے۔ بڑی جلدی جلال میں آجاتے تھے اور بڑے سے بڑے آدمی کو بھی بلا تکلف جھڑک دیتے تھے۔

شاید انہی جی جی میاں نے بتایا تھا۔ بابا صاب کے مزار پر ہر جمعرات کو جب آخری چراغ جلایا جائے گا تو چراغ جلانے والے کی دلی آرزو پوری ہو جائے گی۔

چراغ جلایا جاتا تھا مگر ابھی اسے مزار پر رکھا ہی جاتا تھا کہ شمالی پہاڑوں کی طرف سے آنے والی سرد ہوائیں اسے بجھا دیتی تھیں۔ گاؤں میں شاید ہی کوئی ایسا فرد ہو گا جسے اس کا علم نہیں تھا کہ ساتویں جمعرات کو چراغ جلانے والے کی آرزو ضرور پوری ہو جاتی ہے۔ لیکن مشکل یہ تھی کہ اس آزمائش پر پورا اترنا قریب قریب ناممکن تھا۔ اوّل اگر پہلے دو تین چراغ صحیح سلامت مزار تک پہنچ بھی جاتے تھے تو ان کے بعد جو چراغ جلایا جاتا وہ ضرور بجھ جاتا تھا۔ عام یقین یہ تھا کہ اب تک جو کوئی شخص بھی یکے بعد دیگرے سات چراغ جلانے میں کامیاب نہیں ہو سکا تو اس کی وجہ بابا صاب کی جلالی طبیعت کی کارفرمائی ہے ورنہ شمالی پہاڑوں کی بلندیوں سے آنے والی سرد ہواؤں کا یہ حوصلہ کہاں کہ وہ عین اس لمبے دیوار کے

روزنوں سے اندر آئیں جب مزار کے قریب چراغ جلایا جا رہا ہو۔ یوں ساتواں چراغ جلانے کی کبھی نوبت نہیں آئی تھی، البتہ بعض لوگوں کی زبانی یہ بات سنی جاتی تھی کہ خاصی مدت ہوئی ایک دھوبن نے مزار پر ساتواں چراغ بھی جلا دیا تھا اور اس کی مراد پوری ہوگئی تھی۔ اس کا بیٹا، جو قتل کے مقدمے میں ماخوذ تھا، پھانسی کی کوٹھڑی سے باہر نکل آیا تھا۔

اس حقیقت کی تصدیق اس وجہ سے نہیں ہوسکتی تھی کہ یہ ماں اور بیٹا دونوں دنیا سے رخصت ہوگئے تھے۔

اگر کوئی شخص مقبرے کے اندر جانے کے بجائے اس کے اردگرد گھومتا تو اسے بے شمار ٹوٹے ہوئے مٹی کے چراغ نظر آجاتے تھے۔ یہ وہ چراغ تھے جو مزار پر دو دو تین تین یا زیادہ سے زیادہ چار چار کی تعداد میں جلے تھے اور چوں کہ یہ چراغ جلانے والے، سات جمعراتوں کی شرط پوری نہیں کرسکے تھے، اس لیے ان کے چراغ مزار سے اٹھا کر باہر پھینک دیے گئے تھے تاکہ نئے مرادیں مانگنے والوں کو قسمت آزمائی کا موقع ملتا رہے۔

یہ چراغ باہر کون پھینک دیتا تھا.... اس سوال کے مختلف جواب دیے جاتے تھے۔ کچھ لوگ کہتے تھے کہ بابا صاب کا واحد مرید جی جی میاں جو ایک روز چپ چاپ اپنی جھونپڑی چھوڑ کر اس طرح غائب ہو گیا تھا کہ پھر کبھی نہیں دکھائی دیا، وہی آدھی رات کو باقاعدہ یہاں آتا ہے اور چراغ باہر پھینک دیتا ہے۔ کچھ لوگوں کا خیال تھا کہ شمال سے آنے والی سرد ہوائیں ہی ان چراغوں کو دھکیلتی ہوئی دروازے سے باہر لے جاتی ہیں اور یہ چراغ اس عمل کے دوران ٹوٹ پھوٹ جاتے ہیں۔

جی جی پور کا سب سے متمول آدمی ناصر خان تھا جس کی زرعی اراضی بیس مربعوں پر مشتمل تھی اور جس کی حویلی کے دالان میں سو کے قریب چارپائیاں بچھائی جاسکتی تھیں۔ ناصر خان ان آبادکاروں میں سے تھا جو سب سے پہلے یہاں آئے۔ آدمی تجربہ کار اور معاملہ فہم تھا۔ اس نے حال کے آئینے میں مستقبل کے واضح خدوخال دیکھ لیے تھے۔ وہ کشتیاں جلا کر یہاں آیا، یعنی اس نے اپنی تھوڑی سی شہری جائیداد فروخت کردی تھی اور ہمیشہ کے لیے اس اجاڑ مقام پر رہائش پذیر ہوگیا تھا۔ اس نے وقت سے فائدہ اٹھا کر زیادہ سے زیادہ اراضی پر اپنی ملکیت جمالی۔ پیسہ پاس تھا، غریب لوگوں کو اپنا مزارع بنالیا اور اس طرح اس کی دولت اور ذاتی وجاہت میں دن رات اضافہ ہونے لگا۔

گاؤں کی بیشتر آبادی اس نتیجے پر پہنچ چکی تھی کہ بابا صاب کے مزار پر جاکر چراغ جلانے کی شرط پوری کرنا بہت مشکل ہے، اس لیے وہ لوگ ادھر کا رخ ہی نہیں کرتے تھے۔ کبھی کبھی کسی کے دل میں بے اختیار خواہش پیدا ہوجاتی تھی تو وہ اپنے کٹھن سفر پر روانہ ہوجاتا تھا لیکن چوتھے یا پانچویں چراغ کے بجھ جانے پر اس کی اپنی طبیعت اس طرح بجھ جاتی کہ وہ پھر زندگی بھر ادھر کا رخ نہیں کرتا تھا، البتہ شہر سے کوئی نہ کوئی آتا ہی رہتا تھا۔ جو بھی آتا وہ سیدھا ناصر خان کی حویلی کی طرف جاتا تھا۔ ناصر خان اس کے رہنے سہنے کا بندوبست اپنی حویلی میں کردیتا۔ پہلے دن کے بعد اس سے یکسر بے نیاز ہوجاتا تھا کیونکہ اسے معلوم تھا کہ یہ مہمان دو تین جمعراتیں ہی یہاں بسر

کرے گا اور جاتے ہوئے ملے گا بھی نہیں۔

مہینے میں ایک دو قسمت آزما ضرور آجاتے تھے۔ کوئی مرد تو شاذ ہی آتا تھا۔ عام طور پر عمر رسیدہ عورتیں آتی رہتی تھیں مگر اس مرتبہ ایسا ہوا کہ تین مہینے گزر گئے اور ناصر خان کی حویلی کے بڑے پھاٹک پر کسی مسافر نے دستک نہ دی۔ نہ جانے گاؤں والوں کو اس سے اپنی اجتماعی زندگی میں ایک خلا کیوں محسوس ہونے لگا تھا۔ چوپال میں جب بھی کچھ لوگ بیٹھتے تو "ہیر رانجھا" یا "زیتون نامہ" سننے سے پہلے اس کمی کا تذکرہ ضرور کرتے۔ ناصر خان کے منشی منظور کو تو یقین ہو گیا تھا کہ اب یہاں کوئی نہیں آئے گا، چنانچہ اس نے حویلی کے چوکیدار سے کہہ دیا تھا:

"چاچا، رات کو آرام سے سو جایا کرو۔ بابا صاب کے مزار پر اب کوئی نہیں آئے گا۔"

چوکیدار چاچا مرزو نے یہ بات پلے باندھ لی تھی۔ وہ اس امر سے بے نیاز ہو گیا کہ جمعرات کو کوئی شخص مٹی کا چراغ اور ماچس لے کر حویلی سے نکلے گا اور آدھی رات سے پہلے پہلے لوٹ آئے گا۔ وہ پھاٹک کے پہلو میں رکھے ہوئے بنچ کے اوپر بیٹھے بیٹھے اونگھنے لگتا اور پھر اونگھتے اونگھتے سو جاتا تھا۔

چوتھے مہینے کے آغاز کا ذکر ہے۔ شام گہری ہوتی جا رہی تھی کہ جاگیردار ناصر خان اپنی سفید گھوڑی سے نیچے اترا اور اسے مرزو کے حوالے کر کے پھاٹک کی طرف بڑھا کہ ایک بڑھیا نے، جس کا لباس میلا کچیلا تھا اور جس نے ہاتھ میں ایک تھیلا اٹھا رکھا تھا، پھاٹک کے پاس ہاتھ کے اشارے سے اسے روک لیا۔

ناصر خان بار ہا ایسے لوگوں سے پھاٹک کے سامنے مل چکا تھا، اس لیے یہ اندازہ لگانے میں اسے کوئی دقت نہ ہوئی کہ یہ عورت کس مقصد کے ساتھ آئی ہے اور اس سے کیا توقع رکھتی ہے۔

"ٹھیک ہے۔" ناصر خان نے رٹا رٹایا جملہ بڑھیا کی طرف پھینک دیا۔

ناصر خان جب یہ جملہ زبان سے نکالتا تھا تو اسے کچھ اور کہنے سننے کی ضرورت نہیں ہوتی تھی۔ چوکیدار، مہمان کو ساتھ لے کر اسے حویلی کے ایک خاص کمرے میں پہنچا دیتا اور اسی وقت اس کے قیام تک کھانے پینے کا بھی بندوبست کر دیتا تھا۔

ناصر خان پھاٹک کے اندر چلا گیا۔ معمول کے مطابق بڑھیا کو چوکیدار کے ساتھ اس کے پیچھے پیچھے قدم اٹھانا چاہیے تھا مگر وہ وہیں کھڑی رہی۔ ایسا پہلے کبھی نہیں ہوا تھا تو اب کیوں ہو رہا تھا۔ ناصر خان چند قدم چل کر رک گیا۔

"مرزو!" اس نے چوکیدار کو پکارا۔

چوکیدار نے بڑھیا کو چلنے کا اشارہ کیا اور وہ چلنے لگی۔

ناصر خان نے پھاٹک کے اوپر جلتے ہوئے بلب کی روشنی میں بڑھیا کو دیکھا۔ اس کے چہرے پر اسے ایک عجیب سی کیفیت کا احساس ہوا۔

"تو کون ہے....؟" جاگیردار کے لہجے میں کرختگی تھی۔

"میں، میں۔" بڑھیا بس یہی کہہ سکی۔

وہ گھور گھور کر اسے دیکھ رہا تھا۔

"اماں! تو کرتی کیا ہے....؟"

"پتر، میں تو بن آں۔"

ناصر اس کے قریب آ گیا۔

"تو بھی....؟"

بڑھیا اس کا مطلب نہ سمجھ سکی۔

"اماں، تو بھی ساتواں چراغ جلالے گی۔"

بڑھیا کا چہرہ جو پہلے تذبذب کا تاثر لیے ہوئے تھا، اس پر ایک ایسا نور جھلملانے لگا جو طلوع آفتاب کے وقت مشرقی افق پر تھوڑی دیر کے لیے برقرار رہتا ہے اور پھر غائب ہو جاتا ہے۔

ناصر خان چند لمحے وہاں ٹھہر کر چلا گیا۔

بڑھیا کمرے میں داخل ہوئی تو اس کی نظر سب سے پہلے مٹی کے ان چند چراغوں پر پڑی جو ایک طرف ایک چھوٹی سی میز کے اوپر پڑے تھے۔ چراغوں کے پاس کچھ روئی بھی نظر آرہی تھی۔

میز کے علاوہ کمرے کے اندر ایک چارپائی، پیتل کا ایک لوٹا، ایک دیگچی اور اس قسم کے گھریلو استعمال کی کچھ اور چیزیں بھی موجود تھیں۔

چوکیدار بجلی روشن کر کے کمرے سے باہر نکل گیا۔ بڑھیا دروازے کے قریب رک کر کمرے کا جائزہ لیتی رہی۔ اس کے دل میں ایک ہیجان سا برپا ہو گیا۔ اس نے اپنا تھیلہ میز کے اوپر رکھ دیا اور اس کی انگلیاں ان چراغوں کو چھونے لگیں جن میں تیل کی ایک بوند بھی نہیں پڑی تھی۔ اسے یکایک خیال آیا کہ جو بھی یہ چراغ لایا ہو گا وہ کتنی آس کے ساتھ آیا اور پھر مایوس ہو کر چلا گیا ہو گا۔

اسے اپنا خیال آ گیا۔ وہ ایک ایسے کپڑے کی طرح تھی جسے دھو کر پوری طرح نہ نچوڑا گیا ہو اور اس حالت میں سبز گھاس پر بکھیر دیا گیا ہو کہ دھوپ کی شدت کپڑے کے اس باقی پانی کو بھی چوس لے گی۔

اس کا سر گھومنے لگا۔ وہ چارپائی پر گرنے ہی والی تھی کہ جاگیردار کے الفاظ اس کے کانوں میں گونجنے لگے "اماں، تو بھی ساتواں چراغ جلالے گی۔" اور اس کے باطن میں پھر ایک اضطراب پیدا ہو گیا۔

جمعرات آنے میں دو دن باقی تھے۔ دوسرے دن صبح سویرے اس نے تھیلے میں سے ساری چیزیں میز پر انڈیل دیں۔ ان میں کڑوے تیل کی ایک بڑی بوتل تھی۔ دس بارہ مٹی کے چراغ اور روئی کا ایک بنڈل۔

جس وقت وہ تھوڑی تھوڑی روئی لے کر بتیاں بنا رہی تھی تو ایک دم اسے احساس ہوا کہ وہ کسی اجنبی جگہ پر نہیں، موتی دروازے کے اندر اپنے چھوٹے سے آبائی مکان میں ہے اور ہانڈی چولہے پر چڑھا کر پرانے مونڈھے پر بیٹھی دروازے کی طرف ٹکٹکی باندھ کر دیکھ رہی ہے جہاں وہ چہرہ نظر نہیں آتا جو نو سال پہلے غائب ہو گیا تھا۔

شوہر کی وفات کے بعد اس کا بیٹا چراغ دین ہی اس کا واحد سہارا تھا۔ بارہ سال تک وہ بڑا ذمہ دار بیٹا بنا رہا۔ ماں کو کبھی اس سے کسی قسم کی شکایت پیدا نہ ہوئی۔ محلے کے بیسیوں گھروں تک جانا، وہاں سے میلے کپڑے لانا، ہر ہفتے ان سب کپڑوں کی لدیاں بنا کر دریا پر لے جانا، دوسروں کے ساتھ مل کر انہیں دھونا اور پھیلی ہوئی ریت پر سکھانے کے لیے پھیلا دینا۔ شام کے بعد انہیں اپنے بیل پر لاد کر گھر لے آنا اور رات کو گیارہ بارہ بجے تک ان پر استری پھیر کر الگ الگ گاہکوں کے کپڑے تہہ کر کے رکھ دینا اور دوسرے روز صبح سے لے کر تیسرے پہر تک گھر گھر کپڑے پہنچا کر اجرت وصول کرنا۔ یہ سب کام وہ بڑی

باقاعدگی کے ساتھ کرتا رہتا۔ ان سب کاموں میں اس کی ماں بھی برابر اس کی مدد کرتی رہتی مگر وہ نہیں چاہتا تھا کہ ماں کی بوڑھی ہڈیوں کو تکلیف دے۔

تیرھواں سال شروع ہوا تو نہ جانے کس طرح اسے جوئے کی لت پڑ گئی۔ کئی دن اور کئی راتیں حوالات میں بھی گزاردیں لیکن یہ لت دور نہ ہو سکی بلکہ بڑھتی چلی گئی۔ ایک رات وہ بڑی دیر سے گھر آیا۔ صبح اسے ایک ہمسائی نے بتایا کہ اسے گرفتار کرنے کے لیے پولیس آرہی ہے۔ اس نے ابھی روٹی کا ایک ہی لقمہ دہی میں لتھڑا کر حلق سے اتارا ہوگا کہ وہ جلدی سے جوتے پہن کر سیڑھیاں اترنے لگا۔ ماں پیچھے آوازیں ہی دیتی رہ گئی۔

اس کے بعد وہ اس کی صورت نہ دیکھ سکی۔ اس کی زندگی کے سب سے خوشگوار اور مسرت بخش لمحے وہ ہوتے تھے جب وہ دروازے پر کھڑی ہو کر اپنے بیٹے کے بیل کی گھنٹیوں کی آواز سنا کرتی تھی۔ یہ بیل شام کے بعد واپس گلی میں داخل ہوتا تھا اور گلی میں داخل ہوتے ہی اس کی گھنٹیاں سنائی دینے لگتی تھیں۔ گھنٹیوں کی آواز سن کر وہ تیزی سے دروازے پر آکھڑی ہوتی اور جب تک ایک ایک کر کے ساری لدیاں اندر رکھوا نہیں لیتی تھی اسے چین نہیں پڑتا تھا۔

وہ سارے کام مزے لے لے کر کرتی تھی۔ استری میں سے بچی کھچی راکھ باہر نکالتی، لمبے چوڑے تختے پر جس کے اوپر ایک نیا کپڑا بچھا کر استری کی جاتی تھی، اس کی چادر بدل دیتی۔ کوئلوں کے ڈھیر پر ایک نظر ڈال کر یہ اندازہ کر لیتی کہ ان سے کام چل سکتا ہے یا نہیں اور نیم سوختہ کوئلے رکھ کر باقی راکھ ملے باہر پھینک دیتی۔

چراغ ابھی گھر سے دور ہی ہوتا کہ وہ "صدقے جاواں، واری جاواں" ورد کرتی اس سے جا کر لپٹ جاتی تھی۔

مگر پچھلے نو سال سے اس کے گھر میں اور اس کے دل میں تاریکیاں ہی تاریکیاں چھا چکی تھیں۔ اپنے بیٹے کو پانے کی خاطر اس نے کیا کچھ نہیں کیا تھا۔ سیانوں نے جو کچھ کہا، وہ کر چکی تھی مگر اب وہ تھک گئی تھی۔ بالکل مایوس ہو چکی تھی کہ اس نے بابا صاب کی کرامت کا حال سنا اور وہ اسے آخری سہارا سمجھ کر جاگیردار کے یہاں آگئی۔

اس کی آنکھیں دروازے پر جمی تھیں اور انگلیاں متواتر حرکت کر رہی تھیں۔ اس کے سامنے بتیوں کا ایک ڈھیر لگ گیا تھا۔

"اتنی ساری بتیاں! اچار ڈالنا ہے ان کا....؟"

یہ الفاظ جاگیردار ناصر خان نے کہے تھے جو شاید، جب سے حویلی بنی تھی، تیسری مرتبہ اس کمرے میں داخل ہوا تھا۔

بڑھیا نے ایک نظر بتیوں پر ڈالی اور پھر ناصر خان کو دیکھنے لگی جس کی مونچھوں کے بال جھک کر ٹھوڑی کو چھونے کی کوشش کر رہے تھے۔

"میں نے سنا ہے تمہارا بیٹا نو سال سے غائب ہے۔"

بڑھیا نے اثبات میں سر ہلا دیا۔

ناصر خان چارپائی پر بیٹھ گیا۔

"تمہارا نام کیا ہے....؟" اس نے بڑھیا سے پوچھا۔

"فاطمہ!"

"فاطمہ!" ناصر خان نے چند سیکنڈ بڑھیا کو گھور کر دیکھا اور پھر یوں سر ہلانے لگا جیسے اس کے دل میں کسی بات کی تصدیق ہو گئی ہو۔

"کوئی تکلیف....؟"

بڑھیا نے نفی میں سر ہلا دیا۔

کمرے کے باہر ناصر خان کا منشی ہاتھ میں حساب کتاب کے لمبے لمبے رجسٹر لیے اپنے مالک کے فارغ ہونے کا انتظار کر رہا تھا۔ ناصر خان کی اس پر نظر پڑی تو دروازے کی طرف جانے لگا۔

جمعرات کی شام کو جھکڑ چلنا شروع ہو گیا تھا۔ بڑھیا نے چراغ میں بتی اور تیل ڈالا، دوسرے ہاتھ میں ماچس پکڑی اور بسم اللہ کہہ کر تنہا مزار کی طرف روانہ ہو گئی۔

کسان کھیتوں سے لوٹ رہے تھے.... ان کے بیلوں کی گھنٹیاں بج رہی تھیں۔ بڑھیا کے قدموں میں تیزی آ گئی۔ سنسان راستوں سے گزرتی وہ مقبرے کے اندر داخل ہو گئی۔ اندر داخل ہوتے وقت بھی اس کے کانوں میں بیلوں کی گھنٹیوں کی آواز گونج رہی تھی۔ وہ موسم سرما کی ان ہواؤں سے بے نیاز تھی جن کے جھونکے مقبرے کی دیواروں سے ٹکرا کر مسلسل شور برپا کر رہے تھے۔

اس نے تیلی کو ماچس کے کنارے پر رگڑ کر آہستہ سے اسے بتی کی لو کی طرف بڑھایا۔ ایک ہلکی سی روشنی پھوٹ پڑی۔ جلتا ہوا چراغ اس نے مزار کے ایک طرف رکھ دیا، پھر دعا کے لیے ہاتھ اٹھائے اور چند لمحوں بعد انگلیوں سے رخساروں پر بہتے آنسوؤں کو خشک کر کے جلتے ہوئے چراغ پر آخری نظر ڈال کر باہر نکل آئی۔

وہ قدم اٹھا رہی تھی مگر اسے احساس نہیں تھا کہ وہ کہاں ہے، کہاں جا رہی ہے۔ یکایک حویلی کے چوکیدار نے کرخت لہجے میں پوچھا:

"کیا ہوا مائی صاب....؟"

بڑھیا نے اپنی شہادت کی انگلی اوپر اٹھائی اور پھاٹک عبور کر گئی۔

کمرے میں جا کر اس نے ماچس میز پر رکھ دی اور چارپائی پر جا بیٹھی۔ کمرے کے اندر آتے وقت اس نے دروازہ بند کر دیا تھا۔ بند دروازہ دیکھ کر اس کے ذہن میں نہ جانے کیا خیال آیا کہ اٹھ کر اس کے دونوں پٹ کھول دیے اور ٹکٹکی باندھ کر باہر دیکھنے لگی۔

دوسری، تیسری اور پھر چوتھی جمعرات بھی گزر گئی اور بادشمال کے سرد جھونکے اس کے جلائے ہوئے چراغوں کی لوؤں کا کچھ نہ بگاڑ سکے۔ پانچویں جمعرات کو جب اس نے چراغ مزار کے پہلو میں رکھا اور مدھم روشنی میں دعا کے لیے ہاتھ پھیلائے تو اسے یکدم احساس ہوا کہ ایک سایہ اس کے قریب حرکت کر رہا ہے۔ اس احساس کے باوجود اس کے نم آلود ہونٹ لرزتے رہے۔

دونوں ہاتھ منہ پر پھیر کر وہ مڑی، اس نے دیکھا کہ ایک جلتا ہوا چراغ مزار کے دوسرے پہلو کی طرف جھکا جا رہا ہے۔ دوسرے ہی لمحے اسے ایک دھندلا سا چہرہ دکھائی دینے لگا جس کے گرد دوپٹہ لپٹا ہوا تھا۔

چند ثانیے کے لیے دونوں نے ایک دوسرے کو دیکھا۔ دونوں کے ہونٹ لرزتے رہے اور پھر دونوں کی نظریں جھک گئیں۔

ہوا تند و تیز تھی۔ اوپر کسی اڑتے ہوئے پرندے کی چیخ فضا میں تحلیل ہو گئی۔ وہ جب حویلی کے پھاٹک پر پہنچی تو اس مرتبہ چوکیدار مرزو نے کوئی سوال نہ کیا اور پھاٹک کا ایک پٹ کھول دیا۔

"یہ کون تھی.....؟" اس نے چارپائی پر لیٹ کر خود سے سوال کیا۔

"کوئی ہو گی میری طرح بدنصیب دکھیاری۔" اس کے دل نے جواب دیا۔

چھٹی جمعرات کو وہ باباصاب کے مزار کے پاس پہنچی تو اسے مزار کے پہلو میں ایک جلتا ہوا چراغ نظر آیا۔ اس چراغ کے ساتھ پانچ اور چراغ تھے جو بجھ چکے تھے مگر لگتا تھا اس چھٹے چراغ کی لو سے جو مدھم سی روشنی پھوٹ رہی ہے وہ اک روشن لکیر کی طرح ان کے اوپر پھیل گئی ہے۔

اس نے اپنا چراغ جلایا اور مزار کے پہلو میں رکھ دیا اور جب دونوں ہاتھ پھیلا کر سینکڑوں بار دہرائے ہوئے الفاظ اپنے ہونٹوں سے نکالنے لگی تو اس کی آنکھوں سے آنسوؤں کے دھارے نکلے۔ اس نے دونوں ہاتھ نیچے کر کے اپنی جھولی کے کناروں کو پکڑ لیا۔ آنسو ٹپ ٹپ اس کی جھولی میں گرنے لگے۔ اس نے آنسو بھری آنکھوں سے سامنے دیکھا۔ اس کا چراغ جل رہا تھا۔ دوسری طرف دوسرا چراغ بھی جل رہا تھا۔ اس نے یکایک محسوس کیا کہ دونوں چراغوں کی لویں اس کے آنسوؤں میں سے گزرتی ہوئی آنکھوں کے اندر اترتی چلی جا رہی ہیں۔

وہ دیر تک جھولی پھیلائے کھڑی رہی۔ اس رات وہ بڑی دیر تک وہاں بیٹھی رہی۔ جب آثار سحر نمودار ہونے لگے تو مقبرے سے باہر نکل آئی۔

باہر نکلتے وقت اس نے ایک لمحے کے لیے پلٹ کر دیکھا۔ ذرا فاصلے پر دونوں چراغ روشن تھے۔

❖❖❖

آخر ساتویں جمعرات آ گئی۔

دور عشاء کی اذان بلند ہوئی تو اس نے چراغ، تیل اور ماچس سنبھالی اور بسم اللہ کہہ کر چل پڑی۔

اوپر ستارے چمک رہے تھے اور ہوا خاصی تیز تھی۔ وہ خاموش اور ویران راہ پر قدم رکھتی مقبرے کی طرف جا رہی تھی۔ کسی قریبی علاقے میں شدید بارش ہوئی تھی جس کا پانی بہتا ہوا نشیبی علاقوں میں آ کر جا بجا ٹھہر گیا تھا۔ کہیں کہیں یہ پانی زیادہ گہرا تھا اور اسے بڑی مشکل سے آگے بڑھنا پڑتا تھا۔

جب وہ مزار کے قریب کھڑی تھی تو اس کے دل میں ایک ہیجان برپا تھا۔ اس کا ہاتھ کانپ رہا تھا اور سانس جیسے سینے میں رک سا گیا تھا۔ اس نے ماچس کی تیلی جلا کر چراغ کی لو کی طرف بڑھائی اور چراغ روشن ہو گیا۔

یہ چراغ آہستہ آہستہ مزار کی طرف بڑھنے لگا۔

اچانک اسے احساس ہوا کہ اس کے پاس کوئی کھڑا ہے۔ ایک آہ اس کے کان تک جا پہنچی تھی۔ اس نے سامنے دیکھا۔ مزار سے کچھ اوپر ایک بجھا ہوا دیا تھا اور اس سے ذرا فاصلے پر ایک ایسا چہرہ نظر آ رہا تھا جس پر سکتے کا عالم طاری تھا۔ ایک گرم گرم لہر اس کے سارے جسم میں سرایت کر گئی۔

اس کا ہاتھ مزار کی طرف حرکت کرنے کے بجائے اوپر جانے لگا۔ دوسرے لمحے مزار سے کچھ اوپر والا بجھا ہوا چراغ اس کے ہاتھ میں تھا اور اس کا اپنا جلتا ہوا چراغ اس مایوس عورت کے ہاتھ میں منتقل

ہو گیا جو کسی کھنڈر کی دیوار کی طرح جھکی ہوئی تھی۔

یہ سب کچھ تین چار لمحوں ہی میں ہو گیا۔ بجھا ہوا چراغ لے کر وہ ایک سیکنڈ بھی وہاں نہ ٹھہری۔ مقبرے سے باہر آگئی اور مشرق کی طرف چلنے لگی۔

ہوا کے تند و تیز تھپیڑے اس کے جسم سے ٹکرا رہے تھے۔ بار بار اس کے قدم لڑکھڑا جاتے مگر وہ برابر چلی جا رہی تھی۔ آگے ہی آگے، کسی منزل کا تصور کیے بغیر جیسے دور سے کسی نے اسے اشارہ کر دیا ہو اور وہ کہیں بھی رکنا نہ چاہتی ہو۔

پھر بارش ہونے لگی اور بارش کے بھاری بھاری قطرے چراغ کے کناروں پر اور چراغ کے اندر گرنے لگے۔ جب یہ قطرے چراغ کے کناروں سے لگتے تھے تو ٹپ ٹپ کی ہلکی سی آواز آنے لگتی تھی۔

اس کی آنکھوں کی پتلیاں پھیل گئیں۔ اس کے تھکے ہوئے ضعیف قدموں میں ایک نامعلوم سی قوت آگئی۔

بارش کے قطرے مسلسل گر رہے تھے۔ آواز بلند ہوتی جا رہی تھی، ٹپ ٹپ، ٹپ ٹپ، ٹپ ٹپ۔

وہ کہیں بھی نہ رکی۔ تیز و تند ہوائیں برابر چل رہی تھیں۔ بارش بڑھتی جا رہی تھی۔ پھر یوں ہوا کہ بارش تھم گئی مگر ہواؤں کی تند و تیزی میں کوئی فرق نہ آیا۔ صبح ہو گئی تھی۔ کسان اپنے بیلوں کو لیے کھیتوں کی طرف جا رہے تھے۔ اچانک ان کے قدم رک گئے۔ ان کی آنکھیں پھٹی کی پھٹی رہ گئیں۔ انہوں نے دیکھا کہ ایک بڑھیا چلی جا رہی ہے اور طوفانی ہواؤں میں بھی اس کے ہاتھ میں تھما ہوا چراغ جل رہا ہے۔

بڑھیا کو خود بھی معلوم نہیں تھا کہ اس کے ساتھ کیا ہوا ہے، اس کے ارد گرد کیا ہو رہا ہے۔ اس نے چراغ کی طرف ایک لمحے کے لیے بھی نہیں دیکھا تھا، وہ چلی جا رہی تھی اور اس کے دائیں بائیں اور پیچھے حیران و سراسیمہ لوگ قدم اٹھا رہے تھے۔

❖❖❖

یہ ایک چھوٹا سا قصبہ ہے اور اس کے وسطی حصے میں ایک نو تعمیر شدہ مقبرے کی دیواریں کھڑی ہیں۔ قصبے کے لوگوں کا اعتقاد ہے کہ یہاں ایک بزرگ خاتون دفن ہے جس کا چراغ طوفانی ہواؤں میں بھی جلتا رہا تھا، اس لیے اسے چراغ بی بی کہتے ہیں۔

ہر روز عقیدت مند یہاں آتے ہیں اور دعائیں مانگتے ہیں خاص طور پر وہ لوگ جن کے بچے گم ہو گئے ہوں۔

مزار کے سرہانے ایک مٹی کا چراغ ساری رات جلتا رہتا ہے۔

❄

کچھ نہیں بلکہ بہت سارے لوگ یہ سوچ رکھتے ہیں کہ مرد ہونا طاقت اور اکرام کا سبب ہے۔ عورت کا وجود کمزوری اور شرمندگی کی علامت ہے۔

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔

بیٹے کی ماں بن کر بعض عورتیں خود کو محفوظ اور معزز خیال کرتی ہیں، بیٹی کی ماں بن کر خود کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔ مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دکھوں اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی.... مرد کی انا اور عونت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پست سوچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روحانیت کی کرنیں، معرفت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

نئی قلم کار آفرین ارجمند نے اپنے معاشرے کا مشاہدہ کرتے ہوئے کئی اہم نکات کو نوٹ کیا ہے۔ آفرین ارجمند کے قلم سے ان کے مشاہدات کس انداز سے بیان ہوئے ہیں اس کا فیصلہ قارئین خود کریں گے۔

ساتویں قسط:

پارس....! دیکھ.... میں کیا لائی۔؟ سدرہ دھپ سے فرش پر بیٹھ گئی۔

اس کے ہاتھ میں بھنے ہوئے چنوں کی دو پڑیاں تھیں۔ یہ لے ایک تیرے لئے۔ اس نے ایک پڑیا پارس کی طرف بڑھادی۔

کیا ہے....؟ پارس جو مسلسل کتاب پر جھکی ہوئی تھی بغیر سر اٹھائے بولی۔

لے جلدی.... س س س گرم ہے سدرہ نے پڑیا

زور سے ہلائی

لاوے۔ پارس نے ہاتھ سے پڑیا لے لی۔

سدرہ چنے چباتے ہوئے پارس کی دیکھا دیکھی

کتاب پر جھک گئی۔

کیا پڑھ رہی ہے؟

پڑھنا تو آتا نہیں تھا وہ ایسے ہی کتاب کو

گھورنے لگی۔

تنگ نہ کر، یہ سبق ختم آج ختم کرنا ہے ورنہ اماں

بہت ڈانٹے گی۔

پارس کے چہرے پر تھکاوٹ تھی مگر پھر بھی وہ

پڑھائی میں جتی ہوئی تھی۔

پھر تو تو کھیلنے بھی نہیں چلے گی۔ سدرہ کا منہ بن گیا

اونہہ ہوں..... اس نے گردن دائیں بائیں گھمائی۔

گئی۔ سدرہ نے اپنی چھوٹی انگلی دانتوں میں دبا کر

کہا اور منہ پھیر لیا۔

ناراض نہ ہو مجھے پڑھنا ہے دیکھ کتنا سارا ہے اس

نے اپنی کتابیں سدرہ کے آگے کر دیں۔

پتہ نہیں کیسے پڑھتی ہے تو۔ اماں تو کہتی ہے بس

ایک بار قرآن شریف ختم کرلو کافی ہوتا ہے۔

اور اچھی لڑکیاں تو صرف کھانا پکانا اور سینا پرونا

سیکھتی ہیں۔ اس کو پڑھائی میں اس قدر ڈوبے دیکھ کر

سدرہ پھر بولی۔

یہ کونسی بڑی بات ہے پتر کھانا پکانا بھی سیکھ لے گی

ابھی تم لوگوں کی عمر ہی کیا ہے۔ سینا پرونا بھی آجائے گا۔

پر ابھی اسے پڑھنے دے۔ جا شاباش تنگ نہ کر۔

سکینہ نے جو سدرہ کی باتیں سنی اسے پیار سے سرزنش کی

ذرا تو دوڑ کر جا اور صاعقہ کو تو بلا دے دروازے پر کہنا

خالہ کو کام ہے۔ اس نے بہانے سے سدرہ کو واپس

گھر بھیجا۔

جی اچھا خالہ وہ بھی خاموشی سے باہر چلی گئی۔

دوسرے دن سدرہ پھر سر پر کھڑی تھی۔ اچھا

پارس مجھے بھی سکھاناں۔

کیا سکھاؤں؟

یہی کتابیں پڑھنا۔ میں بھی اپنا نام لکھوں گی۔ وہ

اشتیاق سے بولی۔

یہ کونسا مشکل کام ہے۔ آجا بیٹھ جا ہم دونوں مل کر

پڑھا کریں گیں۔ پارس خوش ہوگئی۔

چلو پہلے تم الف ب لکھنا سیکھو۔ اس نے تختی پر

الف ب پ لکھ کر اس کے سامنے رکھ دیا۔

اور پھر اکثر ایسا ہونے لگا۔ خربوزہ کو دیکھ کے

خربوزہ رنگ پکڑتا ہے دوست کی صحبت اپنا اثر رکھتی ہے

شاید یہی وجہ تھی کہ سدرہ کو اب پڑھنے کا شوق چرانے

لگا تھا گھر والوں سے چھپ کو پارس کے پاس بیٹھی رہتی

۔کچھ نہ کچھ لکھنا پڑھنا سیکھ رہی تھی۔ سکینہ یہ سب دیکھ

کر خاموش رہتی۔ سدرہ کا شوق دیکھ کر وہ وہ خوش

ہو جاتی۔ اس نے سختی سے منع کیا تھا کہ وہ یہ بات کسی کو

نہ بتائے۔ وہ جانتی تھی صاعقہ کے لئے بھی پڑھائی کی

کوئی خاص اہمیت نہ تھی وہ کبھی بھی سدرہ کو پڑھنے کی

اجازت نہیں دے گی۔ بلکہ وہ تو گاؤں کے رواج کے

مطابق اگلے دو سال میں اس کی شادی کرنے کا سوچ

رہی ہوگی۔ گاؤں میں عموماً بارہ سے پندرہ سال کی عمر تک

لڑکیوں کی شادی کر دی جاتی۔ ورنہ پھر برادری کے عمر

رسیدہ بڈھوں کے پلے ان کو باندھنا پڑتا یا پھر

چودھریوں کی حرصائی نظریں ان کا طواف

کرتیں رہتیں ایسے میں ڈرے سہمے ماں باپ کی کوشش

ہوتی وہ جلد سے جلد جیسے تیسے بیٹی کو اپنے گھر رخصت کر دیں۔ صاعقہ ویسے بھی واحد کفیل تھی وہ یہ بار زیادہ دیر نہیں اٹھا سکتی تھی۔

ایسے میں سدرہ اگر پارس سے کچھ سیکھ رہی تھی تو اس کے ہی کام آنا تھا۔

❖❖❖

اماں یہ سمجھ نہیں آرہا پارس حساب کے کچھ سوالات لے کر بیٹھ گئی۔

یہ کیا ہے؟ سکینہ کام چھوڑ کر کتاب پر جھک گئی مگر اسے کچھ سمجھ نہیں آیا۔

اماں یہ سوال نہیں ہو رہا۔ پارس منہ لٹکا کر بیٹھ گئی۔

سکینہ نے سوال حل کرنے کی کوشش کی مگر اتنے برسوں بعد اس کے لئے اتنی پرانی چیزیں یاد کرنا آسان نہ تھا۔

اس نے جتنی آسانی سے پارس کو اردو اور پنجابی لکھنا پڑھنا سکھایا تھا۔ اتنا ہی مشکل اس کے لئے حساب کا پڑھانا ہو رہا تھا۔

مگر یہ ضروری بھی تھا۔ یہ پانچویں کا کورس تھا۔ کتا میں کچھ تبدیلیاں بھی ہوئیں تھیں اسے شدت سے کسی استاد کی کمی محسوس ہوئی۔ کیا کروں وہ حل دھونڈنے بیٹھ گئی۔

ایسا نہیں تھا اسکول مکمل طور پر بند تھا۔ اسکول میں اب بھی چند لڑکے جاتے اور گائیں بھینسوں کت درمیان بیٹھ کر خوش گپیاں کرتے واپس آجاتے۔ پچھلے برس ایک دوسرے گاؤں کا ٹیچر اسکول میں تعینات کیا گیا تھا۔ جسے گاؤں والوں نے پچھلے تین چار دفعہ ہی دیکھا تھا۔ ٹیچر نے بھی شروع میں کافی کوشش کی مگر گاؤں والوں کی عدم دلچسپی اور چودھریوں کے دباؤ میں آکر اس نے بھی گھر بیٹھے تنخواہ لینے میں عافیت جانی تھی۔

مجھے لگتا ہے وہ جو اسکول میں نیا ٹیچر بھرتی ہوا ہے اس سے کچھ مدد لی جائے۔ سکینہ شفیق سے بولی

کیسی مدد....؟

بھئی یہ امتحان کے لئے، طریقہ کار سے متعلق۔ اور پھر یہ کچھ چیزیں مجھے بھی سمجھ نہیں آرہیں۔

میں یہ سب کیسے کرواؤں اسے۔ آپ معلوم تو کرو شاید وہ کچھ مدد کر سکے۔ سکینہ حساب کی کتاب کو گھورتے ہوئے بولی۔

پر کبھی دِکھے تب ناں....

پھر میں کیا کروں۔ وہ روہنکھی سی ہو گئی۔

شفیق ہنس پڑا استاد کا یہ حال ہے تو شاگرد کا کیا ہو گا۔ اس نے مذاق اڑایا

مذاق مت کرو جی مجھے نہیں سمجھ آرہا۔ برسوں ہو گئے اسے پڑھے ہوئے۔ بندہ بھول بھی جاتا ہے۔ وہ چڑی

اچھا لا دے میں دیکھوں۔ شفیق نے کتاب کے ہاتھ آگے بڑھایا.....

ہیں۔ آپ تو جیسے بڑے ماہر ہو۔ سکینہ نے حساب برابر کیا۔

ارے دے تو کیا پتہ کر لوں۔ حساب میں تجھ سے تو اچھا ہی تھا۔

وہ کتاب لے کر بیٹھ گیا۔

کافی دیر مغز ماری کے بعد وہ بمشکل چند سوال حل کرنے میں

کامیاب ہو ہی گیا۔ لے بھئی سکینہ تیرا کام ہو گیا۔ اس نے فاتحانہ مسکراہٹ کے ساتھ کتاب اور کاپی اس کے آگے کر دی

سچ۔ سکینہ نے جلدی سے کاپی کھولی مگر شفیق نے چھین لی۔

نا....

پہلے ایک گلاس لسی اور سموسے پھر دوں گا۔ اس نے شرط رکھی

نہیں بھئی نہیں مجھے اور کام بھی ہیں سکینہ نے صاف منع کر دیا اور کاپی اس کے ہاتھ سے جھپٹ لی۔

پارس ذرا ایک گلاس پانی ہی پلا دے، شفیق نے مصنوعی تھکن کا اظہار کرتے ہوئے آواز لگائی۔ بہت تھک گیا آج تو ویسے ہی بازو میں درد تھا۔ وہ جان بوجھ کر بازو دبانے لگا۔

سکینہ اس کی بات سن کر کاپی سائیڈ پر رکھ کر کھڑی ہو گئی

صبر کر ولاتی ہوں۔

کیا۔؟۔ سادہ پانی....؟ وہ منہ لٹکا کر بولا۔

سکینہ ہنس پڑی، نہیں لسی اور سموسے۔

❖❖❖

بھائی شفیق، کی حال ہے توڈا؟

سب خیر ہے ناں

دکان کے باہر جمال اور شوکت گوالہ کھڑے تھے۔

ہاں ہاں سب خیر ہے۔ آپ بتاؤ خیر تو ہے دکان پر کیسے آئے۔

شفیق جو بڑے انہماک سے صراحی پر بیل بوٹے بنا رہا تھا انھیں اچانک دکان پر دیکھ کر سمجھ گیا کوئی گھمبیر مسئلہ ہے۔

بس ایسے ہی، گزر رہے تھے تو سوچا تیری خیریت پوچھ لیں۔ جمال نے بہانہ بنایا

لے ابھی کل رات ہی تو ملے تھے چوپال میں۔ شفیق نے ہنس کر کہا

ہاں.... دونوں ایک دوسرے کی شکل دیکھنے لگے

کچھ دیر خاموشی رہی۔ جمال نے شوکت کو کہنی ماری اور شوکت تھوڑا سا جزبز ہوا۔

شفیق جو یہ سب بڑے غور سے دیکھ رہا تھا۔

صراحی ایک جانب رکھ کر اپنے ہاتھ پر لگے رنگ کو کپڑے سے صاف کرتے ہوئے آرام سے بیٹھ گیا۔ چھوٹے ذرا دو گلاس لسی تو لے آ۔ اس نے وہیں سے آواز لگائی۔

ارے نہیں اس کی ضرورت نہیں۔ ہم تو بس ایسے ہی آ گئے تھے۔ شوکت اٹھنے لگا

جمال نے اس کا بازو سے پکڑ کر بٹھا لیا۔

ہاں جی.... تو سب خیر ہے ناں۔ وہ پھر گہری نظروں سے دونوں کا جائزہ لیتے ہوئے بولا۔

او ہاں سب خیر ہے اصل میں کچھ ضروری بات کرنے ہے گاؤں کی بھلائی کے لئے۔ جمال نے خود ہی ہمت پکڑی۔

ہاں کہو۔ وہ ایک ہاتھ تھوڑی کے نیچے رکھ کر اس کی بات غور سے سننے کے لئے تیار ہو گیا۔

ہم نے سنا تو پارس کو پانچویں کا امتحان دلوا رہا ہے۔ جمال ہمت کر کے بولا

ہاں تو.... شفیق کا لہجہ سپاٹ ہو گیا۔ وہ اب ساری بات سمجھ گیا تھا

تو یہ کہ تو نہیں جانتا گاؤں میں لڑکیوں کے

پڑھانے کا رواج نہیں۔ تو کیوں اسے شہری بنانا چاہتا ہے۔ او لڑکی ہے اسے وہی سکھا جو اس کا کام ہے۔ شوکت نے بھی حصہ لیا۔

وہ میری بیٹی ہے میں اس کا اچھا برا تم سے بہتر جانتا ہوں۔ شفیق نے سخت لہجے میں جواب دیا۔

تم لوگوں کو کیا پڑی ہے۔ اس معاملے میں دخل اندازی کی۔

او ہمیں پڑی ہے۔ تبھی تو کہہ رہے ہیں۔ یہ گاؤں کی بھلائی کا معاملہ ہے۔

عورتوں کے نہ پڑھنے میں گاؤں کی کیا بھلائی ہے بھلا۔ یہ تو بتا مجھے۔ ؟ کیا میں اور سکینہ خوش نہیں ؟ کیا تمہاری بیویاں سکینہ سے مشورہ کرنے نہیں آتیں۔ شفیق کو غصہ آنے لگا۔ مگر اسے یہ معاملہ بہت سمجھداری سے سنبھالنا تھا۔

پڑھی لکھی ہو کر کونسا عقل کا کام کیا۔ اگر پڑھی لکھی نہ ہوتی تو بیٹا گود لیتے تم لوگ نہ کہ بیٹی۔ جمال نے طنز کیا...

دیکھ جمال میں بہت صبر سے کام لے رہا ہوں۔ بہتر ہوگا تم لوگ میرے معاملے سے دور رہو۔ شفیق چراغ پا ہو گیا۔

اس سے پہلے کہ ہاتھاپائی کی نوبت آتی۔ شوکت شفیق کو بگڑتے دیکھ کر جلدی سے کھڑا ہو گیا۔ اس نے جمال کو بازو سے پکڑ کر اٹھایا۔

چل جلدی۔

ابھی تم غصے میں ہو۔ ہم شام میں بات کرتے ہیں۔ وہ یہ کہہ کر جمال کو کھینچتا آگے لے جانے لگا۔

او کیا بات کرو گے تم لوگ۔

شفیق وہیں سے چیخا

ارے تیری تو مت ماری گئی ہے۔ دیکھنا جب غیر مردوں کو خط لکھے گی اور تیرے آگے زبان چلائے گی تب تجھے پتہ چلے گا۔ جمال نے بھی جاتے جاتے مزید آگ بھڑکائی۔

او تو چپ کر شوکت نے اس کے منہ پر ہاتھ رکھ دیا اور رفتار تیز کر دی۔ اسے ڈر تھا شفیق کچھ کھینچ کر ہی نہ مار دے۔

کیا ہے۔ چھوڑ مجھے۔ اس نے تنگ کر اپنا بازو چھڑایا

کیوں بھاگ آؤں سے ہم یہی بات تو کرنے گئے تھے ناں۔ جمال شوکت سے الجھ پڑا

ارے بے وقوف آدمی.... تو نے شفیق کا غصہ نہیں دیکھا تھا کیا۔

کچھ عقل سے بھی کام لے۔ اگر کچھ ہاتھا پائی ہو جاتی تو الزام ہم پر آجاتا۔

تو پھر کیا ایسے ہی گاؤں کی عورتوں کو بگڑنے دیں...؟ چوڑیاں پہن کے بیٹھ جائیں کیا؟

او تو چپ کر، اب یہ بات گاؤں والوں کے درمیان میں ہو گی۔ سمجھا.... وہ سازشی انداز میں بولا

❖❖❖

شفیق کا خون کھول اٹھا تھا۔ وہ سمجھ گیا تھا یہ معاملہ بہت سنجیدہ ہونے والا ہے۔ اس وقت تو دونوں چلے گئے تھے مگر یہ بات اب دبنے والی نہیں تھی۔

سکینہ بھی ساری بات سن کر پریشان ہو گئی۔ مگر سچ تو یہ تھا دونوں اس صورتحال

کے لئے پہلے سے تیار تھے۔ انہیں ہر صورت میں اس امتحان سے کامیاب ہوکر گزرنا تھا۔

اگلے ہفتے امتحان تھا۔ پارس کا بھی اور ان دونوں کا بھی۔

اگلے دو دن بعد گاؤں کے چند مرد مولوی صاحب کے ساتھ موجود تھے۔ چند بوڑھی عورتیں بھی ان کے ہمراہ تھیں۔

شفیق کو مولوی صاحب کو ان کے ساتھ دیکھ کر دکھ ہوا مگر وہ جانتا تھا ان میں بھی اکثریت کے خلاف جانے کی ہمت نہ تھی

ماں جاپڑھنے سی عورت خراب ہو جاتی ہے۔ وہ بد زبان ہو جاتی ہے۔ پھر تیری بات نہیں مانے گی اپنی منوائے گی۔ رحم دین کی آواز آئی۔

بہتر ہوگا تم سب اپنی بکواس بند کر دو یہ پہلے سے طے ہے کہ میری بیٹی امتحان ضرور دے گی۔ اور میں اسے لے کر جاؤں گا۔

اگر ہے کسی میں ہمت تو میرا راستہ روکے۔ وہ ایک ایک لفظ پر زور دے کر بولا

اگر تُو نہیں مانے گا تو پھر چودھری سے بات کرنی پڑے گی۔ رحم دین نے دھمکی دی

کن چودھریوں کی بات کرتے تم۔ سکینہ سے چپ نہ رہا گیا....

مت بھولو، ان چودھریوں کی وجہ سے تم تباہی کے دن دیکھ چکے ہو۔ وہ تو شکر کرو اگر میں تم لوگوں کی مدد نہ کرتا تو آج گاؤں سلامت نہ ہوتا۔ شفیق نے آئینہ دکھانے کی کوشش کی۔

اچھا تو اب پانچ سال بعد اپنی مدد کا احسان جتا رہا ہے تُو۔ جمال نے پھر بھڑکایا

جمال کی بات سن کر شفیق غصے سے سرخ پڑ گیا۔ اس نے مٹھیاں بھینچ لیں۔ ضبط کر کے بولا

نہیں سمجھا رہا ہوں اگر میری بیٹی کی راہ میں کسی نے مشکل کھڑی کی تو اچھا نہیں ہوگا۔ اس نے دھمکی دی....

باقی رہے چودھری تو ان کو تو میں دیکھ لوں گا۔

شفیق کے تیور بہت خطرناک تھے۔ کوئی اس سے اپنے تعلقات بگاڑنا بھی نہیں چاہتا تھا ویسے بھی سب باتوں کے بھوت تھے۔

وہ دونوں اپنے موقف پر ڈٹے رہے۔ یہاں تک کہ ان سب کو ہار مان کر لوٹنا پڑا۔ چودھریوں کی طرف سے فی الحال کوئی ردِ عمل ظاہر نہیں ہوا تھا۔

اور پھر امتحان کا دن بھی آگیا۔ گاؤں کے کچے اسکول کی ناگفتہ صورتحال کے باعث امتحان اگلے گاؤں میں تھا۔ وہ دونوں پارس کا ہاتھ تھامے گھر سے باہر نکل کھڑے ہوئے۔

اس وقت بھی راستے میں گاؤں کی بڑی بوڑھیاں موجود تھیں۔ کچھ کھڑکی سے بے چینی سے جھانک رہے تھے تو کچھ دروازوں پہ لٹکے تھے۔ سب کے لئے یہ ایک انہونی تھی جو ہونے جا رہی تھی۔

اس اسکول کی حالت بھی کچھ خاص بہتر نہ تھی۔ اس نے اندر جھانک کر دیکھا چار پانچ سو نفوس کے گاؤں میں امتحان دینے والے کل بارہ لڑکے تھے جن میں پارس واحد بچی تھی۔ پارس بہت پر اعتماد نظر آ رہی تھی اسے ذرا بھی ڈر نہیں لگ رہا تھا۔ وہ دونوں باہر اس کے امتحان ختم ہونے کا انتظار کرتے اسی دوران ان کی ملاقات اسکول ٹیچر سے بھی ہوئی جسے صرف چند بار ہی اسکول میں دیکھا گیا تھا۔ دونوں کو وہ کافی سمجھدار اور

بھلا محسوس ہوا۔

اگلے چند مہینوں میں نتائج کا اعلان کر دیا گیا۔ پارس نے امتیازی نمبروں سے پانچویں کا امتحان پاس کر لیا تھا۔ یہ کوئی آسان بات نہیں تھی دونوں کے لئے یہ سب کسی معجزے سے کم نہ تھا۔ بغیر کسی استاد کے سکینہ نے پارس کو اس قابل بنا دیا تھا وہ پانچویں کے امتحان میں بیٹھا سکے۔ ان کی بیٹی اب پرائمری پاس تھی۔ انہیں یقین تھا کہ یہ سب ان کی نہیں بلکہ پیر سائیں کا فیض ہے جو پارس کے ساتھ ہر دم ہیں۔ اسی فیض کی بدولت وہ پڑھنے لکھنے کے قابل بن رہی تھی۔ ان کے حوصلے مزید بلند ہو گئے تھے کہ اب پارس کو مڈل تو کیا میٹرک کرنے سے بھی کوئی نہیں روک سکتا۔ وہ دونوں فیصلہ کر چکے تھے کہ گاؤں کے اس ٹیچر سے پارس کی پڑھائی کے لئے مدد لیں گیں۔ گاؤں والوں کی طرف سے اس وقت گہری خاموشی تھی۔ اگر کچھ تبدیلی آئی تھی تو یہ کہ اب عورتیں کھنچی کھنچی رہتیں۔ اب سدرہ کا بھی آنا جانا بند ہو گیا تھا۔ مگر سکینہ کو یقین تھا کہ وقت کے ساتھ ان کا رویہ ٹھیک ہو جائے گا۔ اسے تو بس اپنی بیٹی پر دھیان دینا تھا۔

❖❖❖

ہائے ہائے مر گیا۔ میدان سے گزرتے ہوئے کوئی بری طرح شفیق کے پیروں سے ٹکرایا۔

چاچا بچاؤ.... یہ رجب علی تھا صاعقہ کا بڑا بیٹا۔

ارے ارے یہ کیا ہو رہا ہے۔ اس نے جلدی سے رجب علی کو تھامنے کی کوشش کی

اتنی دیر میں کوئی وزنی سی چیز بہت تیزی سے اس کے اوپر گری جسے شفیق سے سنبھالنا مشکل ہو گیا، وہ گھبرا کر پیچھے ہٹا۔ جمال کا بیٹا شکور دانت کچکچاتے ہوئے رجب علی پر پل پڑا تھا

نہیں چھوڑوں گا اسے، بے ایمانی کرتا ہے۔ میرا مزاق اڑاتا ہے۔

چھوڑ اسے، شفیق نے آگے بڑھ کر رجب علی کو بچانے کی کوشش کی۔

مگر شکور کی گرفت بہت مضبوط وہ رجب علی پر مسلسل مکے گھونسے برسا رہا تھا۔

سامنے چند لڑکے کھڑے تھے مگر کسی کی بھی ہمت نہ تھی کہ شکور کو کوئی روکتا۔ وہ باپ سے بھی کہیں زیادہ غصیلا اور جھگڑالو تھا۔

شفیق نے شکور کو دونوں ہاتھوں سے پکڑ کر الگ کرنے کی کوشش کی۔

او بات سن شکور چھوڑ اسے....

مگر شکور تو غصے میں بہرا ہو گیا تھا۔ اسے کچھ سنائی نہیں دے رہا تھا۔

مجبوراً اس نے دو تین تھپڑ شکور کے منہ پر جڑ دیئے اور اسے دھکا دے کر پیچھے کیا۔

سمجھ نہیں آتا۔ کب سے کہہ رہا ہوں چھوڑ اسے۔ کیوں مار رہا ہے اسے جانوروں کی طرح۔

او کچھ حیا ہے، اپنی عمریں دیکھو اور حرکتیں دیکھو۔ شفیق کا پارا چڑھ گیا۔

شکورا بھی تک زمین پر پڑا اپنا گال سہلا رہا تھا۔

شفیق نے رجب علی کو اٹھایا اس کا سر پھٹ گیا تھا شاید شکور نے پتھر مارا تھا خون نکل رہا تھا۔ وہ اسے سہارا دے کر گھر لے جانے لگا۔

ابھی تک اس کی سمجھ میں نہیں آیا تھا کہ جھگڑا کس بات پر ہو رہا تھا۔

گھر پہنچ کر مرہم پٹی کر کے اس کو بٹھایا۔

دودھ کا گلاس آگے بڑھاتے ہوئے بولا یہ لے پی اسے۔ وہ غٹاغٹ چڑھا گیا۔

شفیق اسے مسلسل گھور رہا تھا۔

رجب علی نے نظریں چرالیں۔

اب ٹھیک ہے؟ شفیق نے پوچھا

رجب علی نے گردن ہلادی۔

ہاں تو.... اب بتا کیا ہو رہا تھا وہاں؟۔ اس کو نارمل دیکھ کر شفیق جو بڑی دیر سے صبر کئے بیٹھا تھا سوال داغا۔

وہ، چاچا دراصل.... رجب علی اٹکنے لگا

دیکھ، سیدھی طرح بات بتا کیا ہو رہا تھا وہاں۔ اب کے شفیق نے سختی سے کہا۔

رجب علی پر اس کا رعب بھی بہت تھا۔

چاچا وہ اگلے ہفتے دوسرے گاؤں میں بیلوں کی دوڑ ہونے والی ہے۔ میں نے بھی دوستوں کے ساتھ حصہ لیا ہے۔

ہم اس کی مشق کر رہے تھے۔ جس میں شکور کا بیل ہار گیا اور دونوں بار ہم جیت گئے۔ اسی بات پر اسے غصہ آگیا۔ اور اس نے مجھے مقابلہ چھوڑنے کے لئے کہا۔

میں نہیں مانا جس پر دھمکی دینے لگا۔ مجھے بھی غصہ آگیا۔ اور پھر اس نے غصے میں مجھے پتھر کھینچ کر مارا۔

اور پھر.... وہ ذرا دیر کو رکا

اور پھر کیا؟ شفیق بولا

اور پھر آپ آگئے

تو نے اسے نہیں مارا؟

مارا تھا۔ رجب علی نے اعتراف کر کے معصومیت سے سر جھکا لیا

ہم۔ چل تو گھر جا ماں کو کچھ مت کہنا، میں دیکھ لوں گا۔ اس نے رجب علی کو تسلی دے کر گھر بھیج دیا۔ گھر میں کوئی نہیں تھا سکینہ پارس کو لے کر درگاہ گئی تھی۔ وہ چارپائی پر لیٹ گیا وہ جانتا تھا جمال اپنے بیٹے کی پٹائی پر چپ نہیں بیٹھے گا۔ کچھ نہ کچھ واویلا ضرور کرے گا۔

اتنی دیر میں اس کی توقع کے عین مطابق جمال اس کے دروازے پر کھڑا دروازے کو ڈھول کی طرح پیٹ رہا تھا۔

شفیق کو لگا دروازہ نکل کر ہاتھ میں آجائے گا۔

آرہا ہوں۔ دروازے کی جانب بڑھتے ہوئے اس نے زور سے آواز لگائی

جو شاید ان کے کانوں تک نہیں پہنچی۔

دروازے پر جمال اپنے اوباش دوستوں کے ساتھ موجود تھا۔ انھوں نے شفیق پر دھاوا بول دیا۔ حملہ کچھ اتنا اچانک تھا کہ شفیق اپنا بچاؤ کرنے میں ناکام رہا۔ رجب علی نے جو یہ منظر دیکھا وہ دوڑ کر گاؤں کے مردوں کو بلا لایا۔ اس وقت تک جمال اپنا غصہ ٹھنڈا کر چکا تھا۔ اس کی آنکھیں ابھی بھی لال انگارہ ہو رہی تھیں۔ نیچے فرش پر شفیق بے سدھ پڑا تھا۔ اس کے سر سے خون بہہ کر کچے مٹی کے فرش کو لال کر رہا تھا۔

(جاری ہے)

جیتی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مزین ہے جو کہیں خوبصورت رنگ اوڑھے ہوئے ہے، تو کہیں تلخ حقائق کی اوڑھنی اوڑھے ہوئے ہے۔ کہیں شیریں ہے تو کہیں نمکین، کہیں ہنسی ہے تو کہیں آنسو۔ کہیں دھوپ ہے تو کہیں چھاؤں،، کہیں سمندر کے شفاف پانی کے جیسی ہے تو کہیں کیچڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ کہیں قوس قزح کے رنگ ہیں۔ کبھی اماوس کی رات جیسی لگتی ہے۔ کبھی خواب لگتی ہے، کبھی سراب لگتی ہے، کبھی خار دار جھاڑیاں تو کبھی شبنم کے قطرے کی مانند لگتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھاٹھیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے.....

کسی مفکر نے کیا خوب کہا ہے کہ "استاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی اُستاد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، اُستاد سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سبق دیتی ہے۔" انسان زندگی کے نشیب و فراز سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔

زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحے کے ساتھ سیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر سیکھتے ہیں اور حادثے ان کے ناصح ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے ماضی میں رونما ہونے والے واقعات بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کہ ہنستا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

مسیحا

کسی شاعر نے کیا خوب کہا ہے:

نہیں ہے چیز نکمی کوئی زمانے میں
کوئی برا نہیں قدرت کے کارخانے میں

اللہ تعالیٰ نے ہر انسان کو دنیا میں ایک خاص مقصد لے کر پیدا کیا ہے اور جو لوگ اس مقصد کو پہچان لیتے ہیں وہ دنیا میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔

میں ایم بی بی ایس مکمل کر کے ہاؤس جاب کر رہا تھا۔ اس دوران محکمہ صحت کے افسران نے مجھے چند دنوں کے لیے شہر سے دور ایک پسماندہ علاقے میں ایک سینئر ڈاکٹر کے ساتھ بھیج دیا۔ چونکہ معاملہ چند دنوں کا تھا اس لیے میں بخوشی راضی ہو گیا۔

یہاں کلینک دو کمروں پر مشتمل تھا۔ ایک چھوٹا سا برآمدہ تھا۔ جہاں ایک بڑے بنچ پر بیٹھ کر مریض اپنی باری کا انتظار کرتے تھے۔ یہ خاصی بڑی آبادی والا علاقہ تھا اور ایم بی بی ایس ڈاکٹر نہ ہونے کی وجہ سے کافی رش رہتا تھا۔

یہ دوسرے دن کی بات ہے کہ ایک عورت اپنے بچے کو کلینک لائی۔ بچے کی عمر بمشکل دو سال ہو گی۔ بچے کی طبیعت بہت زیادہ خراب تھی، سانس کا

مسئلہ تھا۔ اس لیے آکسیجن لگانا پڑی۔ ڈاکٹر نے بچے کی دیکھ بھال کی ذمہ داری مجھے دے دی۔ میں نے بچے کو غور سے دیکھا تو میری اپنی طبیعت خراب ہونے لگی۔ بچے کا ایک بازو بڑا اور ایک چھوٹا تھا۔ اس کے دائیں ہاتھ کی دو انگلیاں نہیں تھیں اور بائیں کی ایک۔ یہی نہیں اس کے پیروں کی بھی یہی حالت تھی، اس کے دائیں پاؤں دو اور بائیں کی ایک انگلی تقریباً مڑی ہوئی تھی۔ کافی دیر بعد بچے نے آنکھیں کھولیں تو مجھے اس کی آنکھوں میں بھی بھینگا پن نظر آیا۔

"ایسے بچے کو زندہ رکھنے کا فائدہ.... ساری زندگی والدین کے لیے مصیبت.... لوگ مختلف طریقوں سے چھیڑیں گے تو احساس کمتری.... بھلا اگر یہ نہ ہوتا تو دنیا کو کیا نقصان ہو جاتا"....

میرے ذہن میں ایسے خیالات آرہے تھے گویا کہ اگر میرے اختیار میں ہوتا تو میں اسے فوراً آکسیجن نہ لگاتا تاکہ والدین اور معاشرہ دونوں کا بھلا ہو جاتا اور اس بیچارے کو بھی لوگوں کے آنے والے سخت رویوں اور دکھوں سے نجات مل جاتی۔ لیکن.... مستقبل کے ایک "عظیم" ڈاکٹر کے ساتھ ابتداء میں ہی کوئی حادثہ ہو جاتا یا کیس بن جاتا.... یہ سوچ کر میں نے اپنے فرائض احسن طریقے سے ادا کیے اور بچے کی نگہداشت میں کوئی کوتاہی نہ کی۔

بچہ چند دن کلینک میں ہی رہا۔ آہستہ آہستہ وہ صحتیاب ہو گیا اور وہ عورت اپنے بچے کو کلینک سے لے کر چلی گئی۔ مجھے بار بار اس بدقسمت عورت کا خیال آرہا تھا۔ جس کے لیے آنے والے وقت میں یہ نامکمل بچہ کسی مصیبت سے کم نہ تھا۔

چند ہفتے وہاں گزارنے کے بعد میں واپس شہر آ گیا۔ پھر مجھے ڈگری بھی مل گئی اور ایک سرکاری ہسپتال میں ملازمت بھی.... لیکن میری اصل کمائی کا ذریعہ میرا کلینک تھا جو میں نے شہر کے ایک معروف چوراہے پر بنایا تھا۔ میرے کلینک پر ہر وقت رش رہتا۔ وقت گزرتا رہا.... پھر میری شادی ہو گئی۔ سال ہا سال گزر گئے.... اللہ تعالیٰ نے مجھے دو بیٹے اور ایک بیٹی کی نعمت سے نوازا۔

آہستہ آہستہ میں شہر کا سب سے مہنگا ڈاکٹر بن گیا۔ اب میں نے شہر کے ایک پوش علاقے میں مہنگا بنگلہ بھی خرید لیا۔ پیسہ مجھ پر بارش کی طرح برسنے لگا اور میں اس میں بھیگتا گیا اور پھر ایک دن اچانک.... سب کچھ لٹ گیا۔ زندگی کی اصل حقیقت تو اب کھل کر سامنے آئی۔

میں جس کا اوڑھنا بچھونا صرف پیسہ تھا۔ عام دنوں کی طرح اس دن میں کلینک میں مریضوں کو چیک کر رہا تھا کہ میرے گھریلو ملازم نے فون پر اطلاع دی۔

"ڈاکٹر صاحب.... جلدی سے ہسپتال پہنچیں.... بی بی صاحبہ اور بچوں کی کار کو حادثہ پیش آگیا ہے۔"

یہ سننا تھا کہ میرے پاؤں تلے سے زمین نکل گئی۔ میں جلدی سے کلینک سے باہر آیا، کار نکالی اور ہسپتال پہنچ گیا۔ جب میں ہسپتال کے اندرونی حصے میں پہنچا تو دیکھا کہ میرے چھوٹے بیٹے کو اس کے دوستوں نے سنبھالا ہوا ہے۔ وہ شدت غم سے نڈھال تھا۔

''ڈاکٹر صاحب! آپ کی بیوی اور بیٹے کا انتقال ہو گیا ہے.... جبکہ بیٹی ایمر جنسی میں ہے۔''

ایک شخص نے مجھے بتایا جو شاید میرا کوئی جاننے والا تھا۔ چند منٹ کے بعد ایمر جنسی روم سے ڈاکٹر باہر آیا اور ''سوری'' کہہ کر آگے بڑھ گیا۔

مجھے لگا جیسے کسی نے کوئی خنجر میرے جسم کے آر پار کر دیا ہو۔ میرا ایک ملازم بتا رہا تھا کہ بیگم صاحبہ کار ڈرائیور کر رہی تھیں کہ اچانک.... ایک ٹرالر سامنے آنے پر کار پر قابو نہ رہا اور کار اس ٹرالے کے نیچے جا گھسی....

میری تو دنیا ہی اجڑ گئی۔

چند ہفتوں کے بعد جب میری حالت کچھ سنبھلی تو میں نے اپنے بیٹے کی طرف توجہ کی کیونکہ اب وہی میری زندگی کا آخری سہارا تھا۔

اس رات میری آنکھ رات ایک بجے لگی۔ رات کے ہی کسی پہر اچانک.... میرے بیٹے نے مجھے بتایا کہ ابو میری دائیں ٹانگ کام نہیں کر رہی۔ شاید وہ پانی پینے کے لیے اٹھنا چاہ رہا تھا اور یہ بھی حقیقت تھی کہ ماں، بہن اور بھائی کی جدائی نے اسے اندر سے توڑ دیا تھا۔ ہمیشہ ہنسنے کھیلنے والے بچے کو چپ سی لگ گئی تھی۔ میں نے اسے سہارا دے کر اٹھانا چاہا تو اس کی دائیں ٹانگ نے اس کے جسم کا ساتھ دینے سے انکار کر دیا۔

میں نے جلدی سے گاڑی نکالی اور اسے ایک آرتھوپیڈک سرجن کے پاس لے گیا۔ ظاہر ہے رات کے اس پہر وہ سو رہا تھا۔ میں نے اس کے کلینک کے متعلقہ عملے سے درخواست کی اور ان سے اپنا تعارف کروایا۔ کلینک کے ساتھ ہی اس آرتھوپیڈک سرجن کا گھر تھا۔ خیر چند لمحے بعد ڈاکٹر اپنی نیند خراب کر کے میرے بیٹے کو دیکھنے کے لیے آ گیا۔ میں سوچ رہا تھا کہ اگر اس ڈاکٹر کی جگہ میں ہوتا تو شاید اپنی نیند کبھی خراب نہ کرتا۔

میں نے ڈاکٹر صاحب کا بہت شکریہ ادا کیا کہ انہوں نے یہ تکلیف اٹھائی۔ چیک اپ کے بعد اس نے بتایا کہ

''آپ کے بیٹے کو ایڈمٹ کرنا پڑے گا۔ اسے کوئی گہرا صدمہ ہوا ہے جس کا اثر دماغ سے براہ راست اس کی ٹانگ پر ہوا، اگر اسے ایڈمٹ نہ کیا گیا تو صورتحال خطرناک ہو سکتی ہے۔''

اسے ایڈمٹ کر لیا گیا۔ چند ہی دنوں میں وہ بالکل ٹھیک ہو گیا۔ الوداعی ملاقات میں، میں نے ڈاکٹر صاحب کو ادائیگی کی تو انہوں نے اپنی مقررہ فیس سے بہت کم فیس لی، شاید اس کی جگہ میں ہوتا تو فیس کبھی کم نہ کرتا۔

فیس میں نے متعلقہ کاؤنٹر پر ادا کی اور ڈاکٹر صاحب کا بہت زیادہ شکریہ ادا کرنے کے بعد ان سے ہاتھ ملایا تو ٹھٹھک کر رہ گیا۔ ان کے دائیں ہاتھ کی دو انگلیاں نہیں تھیں، میری نظر فوراً بائیں ہاتھ پر پڑی تو ایک انگلی نہیں تھی۔ وہ تھوڑا لنگڑا کے بھی چلتے تھے۔

اب میری نظریں اس کے چہرے کا طواف کر رہی تھیں، ان کی آنکھوں میں بھی بھینگا پن تھا۔

''ڈاکٹر صاحب.... خیریت تو ہے.... کیا دیکھ رہے ہیں....؟''

''کچھ نہیں ڈاکٹر صاحب....'' میں نے جلدی

سے کہا اور کلینک سے باہر آگیا۔ میں نہیں چاہتا تھا کہ میری آنکھوں میں آنے والے آنسو کوئی دیکھ لے۔ میں نے جلدی سے آنسو صاف کیے۔ اپنے بیٹے کو گاڑی میں بیٹھنے کے لیے کہا اور گاڑی گھر کے لیے روانہ کر دی۔

میں سوچ رہا تھا کہ یہ وہی بچہ ہے جسے ادھورا سمجھ کر اس کے متعلق نہ جانے کیا کچھ سوچتا رہا تھا۔ ہو سکتا ہے کہ اگر اس وقت میرے اختیارات ہوتے تو آج وہ ادھورا بچہ میرے بیٹے کا علاج نہ کر رہا ہوتا۔ میرے لیے یہ اذیت کچھ کم نہ تھی کہ میں نے جسے بے کار سمجھا، جسے دنیا کے لیے مصیبت خیال کیا، وہی میرے اکلوتے بیٹے کا مسیحا تھا۔

میری گڑیا

آنٹی رقیہ کا مسکراتا چہرہ اور شفقت و محبت بھری باتیں ہمارا دل موہ لیتی تھیں۔ مگر ان کا گڑیا سے اظہار محبت بعض اوقات ہمیں بیزار کر دیا کرتا تھا۔ اسی الجھن میں ان سے میں کہا کرتی کمال ہے.... یہ بھی کوئی بات ہوئی کہ ہر وقت آپ گڑیا سے ہی چمٹی رہتی ہیں اور اس کی تعریف میں لگتی رہتی ہیں۔ گڑیا نے یہ کر دیا گڑیا نے وہ کر دیا۔ گڑیا آرہی ہے، گڑیا جا رہی ہے۔ ذرا گڑیا کی آواز آئی نہیں گفتگو چھوڑ کر آنٹی گڑیا کو پکڑنے کے لیے اٹھ بھاگتی تھیں۔ گڑیا کا اصلی نام حوریا تھا۔ چلو مانا کہ وہ لاڈلی تھی تو بھئی سب کے بچے لاڈلے ہوتے ہیں۔ ہمارے بھی تو بچے ہیں ہم نے تو کبھی ایسا نہیں کیا۔ سنا ہے گڑیا آنٹی کی شادی کے چودہ سال بعد پیدا ہوئی تھی.... ہاں ہو سکتا ہے کہ اس لیے ان کا رویہ گڑیا کے ساتھ اتنا Intimate ہو مگر پھر بھی دوسروں کی نظروں میں تو نہیں آنا چاہیے۔

ایک مرتبہ مجھے آنٹی کے گھر رہنے کا اتفاق ہوا۔ قسم سے میں تو آنٹی کی حرکات سے چڑ گئی۔ کوئی بات شروع ہوتی ابھی بات درمیان میں ہی ہوتی تو کسی کونے سے آواز آتی "ماما"..... اور بس آنٹی بات، ادھوری چھوڑ کر "جی میری جان" کہتیں گڑیا کی طرف متوجہ ہو جاتیں اور میں اپنا سا منہ لے کر رہ جاتی۔ حتیٰ کہ آنٹی کے دوبارہ میری طرف متوجہ ہونے تک مجھے بات بھول ہی گئی ہوتی..... بھئی بچے تو میرے بھی تھے۔ میں بھی ان سے بے تحاشہ پیار کرتی تھی مگر یوں بات بات پر اور ان کی ہر آہٹ پر ان کی طرف متوجہ نہیں ہوتی تھی اس لیے کہ میرا نظریہ یہ تھا کہ حد سے زیادہ توجہ بچے کو بگاڑ بھی سکتی ہے اور اس میں اعتماد نہیں پیدا ہونے دیتی۔

دیکھنے میں گڑیا نہ تو بگڑی ہوئی لگتی تھی اور نہ ہی اس میں خود اعتمادی کی کوئی کمی نظر آتی تھی مگر آنٹی کی حد درجہ توجہ دوسروں کے لیے ضرور تکلیف کا باعث بن جاتی تھی۔ خاص طور پر میرے لیے کیونکہ میں ان کے گھر مہمان آئی تھی اور مجھے گڑیا اور ماما کی حرکات و سکنات کو بہت قریب سے دیکھنے کا موقعہ ملا تھا۔ شاید ہی میں نے آنٹی کے ساتھ کوئی ڈھنگ سے بات کی ہو۔ میری ہر بات ادھوری ہی رہ جاتی تھی۔ بالآخر ایک دن میں نے آنٹی سے کہہ ہی دیا۔ بچوں کی نفسیات کی حیثیت سے میں انہیں سمجھانے لگی کہ ان کا رویہ کسی طور پر Normal نہیں۔ شکر ہے تب گڑیا سو رہی تھی تو مجھے اپنا لیکچر پورا کرنے کا موقعہ مل گیا۔

ابھی میں سمجھ کر ان کے تاثرات سے واقف ہی ہونا چاہ رہی تھی کہ گڑیا سوتے سوتے مسکرانے لگی شاید کوئی پیارا سا خواب دیکھ رہی تھی۔ آنٹی صاحبہ یکدم اس کی طرف متوجہ ہو گئیں۔ میں نے سرد آہ بھر کر پہلے گڑیا کی طرف دیکھا جو ابھی بھی مسکرا رہی تھی اور پھر آنٹی کا منہ تکنے لگی۔ اچانک میری نظر ان کی آنکھوں کی طرف گئی اور ان لمحوں نے مجھے میری ساری نفسیات سارا پڑھا ہوا سبق، سارے نظریات بھلا دیے۔ ان کی آنکھوں میں، میں نے ایک ایسی چمک، ایسی پیاس دیکھی جو شاید ہی کسی ماں کی آنکھ میں اس دن سے پہلے دیکھی ہو۔ وہ ایسے والہانہ انداز سے گڑیا کو تک رہی تھیں جیسے اس کی ایک ایک سانس اور اس کی زندگی کے گزرتے لمحات کی ایک اک ساعت اپنے اندر سمو لینا چاہتی ہوں۔ میں انہیں دیکھ کر پتھرا سی گئی، دل پر جو اک بوجھ سا تھا اتر گیا اور ان کی حرکات کی وجہ سے جو اکتاہٹ تھی یکایک دور ہو گئی اور دل نے یہ گواہی دی کہ ایک ماں جس کو گود میں شادی کے پہلے ہی سال پھول سا بچہ آ گیا ہو اور ایک وہ ماں جس کی گود شادی کے چودہ سال بعد بڑی منتوں مرادوں اور ایک طویل تپسیا کے بعد ہری ہوئی ہو، دونوں ماؤں میں بہرحال فرق ہوتا ہے۔

آج بھی انتظار ہے

آج میرے سر سے سایۂ شجر جو کہ ماں کی صورت میں تھا اٹھ گیا ہے۔ میرے جینے کا سہارا میری ماں مجھے اکیلا چھوڑ کر اللہ کو پیاری ہو گئیں اور میرے لیے دنیا اندھیری ہو گئی۔ میں خوب روئی اور بیہوش ہو گئی۔ میرا اس دنیا میں سوائے میری امی کے کوئی نہیں تھا۔ دکھ تو مجھے یہ تھا کہ میں اب ان کی خدمت کرنے کے قابل ہوئی تھی اور ان کو کچھ سکون نصیب ہوا تھا مگر وہ مجھے خدمت کا موقع دیے بغیر ہی اس دنیا سے جا چکی تھیں۔

ثمینہ اپنی کہانی سناتے ہوئے آنسوؤں کو آنکھوں کے بند توڑنے سے نہ روک سکی۔ جب دل کا غبار کچھ ہلکا ہوا تو ثمینہ بولی میں اپنی کہانی سنانے سے پہلے آپ کو وہ حالات مختصر طور پر بتاتی چلوں جو ہم پر دکھوں کے پہاڑ بن کر ٹوٹے۔

یہ آج سے بارہ سال پرانی بات ہے۔ جب میں دس سال کی تھی۔ ماں باپ کی اکلوتی، لاڈو پیار تو جیسے میری جاگیر تھی۔ ماں باپ میرے منہ کی طرف دیکھتے رہتے تھے۔ مجھے ہاتھوں میں رکھتے تھے۔ مجھے دنیا جہاں کا پتہ ہی نہ تھا۔ بس ایک ہی کام تھا کبھی ماں کی گود میں تو کبھی ابو کے کندھوں پر۔ گھر میں دو استاد پڑھانے کے لیے آتے تھے۔ ابو خود بھی میری پڑھائی میں دلچسپی لیتے تھے اور رات سونے سے پہلے مجھے پڑھاتے تھے اس لیے میں پڑھائی میں بہت ہوشیار تھی۔ ابو مجھے پیار سے بیٹا کہتے تھے۔ جب بھی کوئی عزیز، رشتہ دار یا ملنے والے ان سے پوچھتے "آپ کے کوئی بیٹا نہیں ہے۔" تو ابو مجھے پیار سے دیکھ کر کہتے کہ "کیا ثمینہ ہمارا بیٹا نہیں ہے....؟" ایسا کہتے وقت وہ سراپا مٹھاس بن جاتے تھے اور ایسا معلوم ہوتا تھا کہ ساری دنیا کا پیار ان کی آنکھوں میں سمٹ آیا ہے۔

مجھے وہ سب کچھ حاصل تھا جو خوشحال گھرانے کی اکیلی اولاد کو حاصل ہوتا ہے۔ میرے شوکیس

کھلونوں سے بھرے رہتے تھے۔ میری اس خوشی کو کس کی نظر لگ گئی۔ ادھر ابو کا کاروبار دن دگنی رات چوگنی ترقی کر رہا تھا ان کی دولت میں جوں جوں اضافہ ہوتا جا رہا تھا نرینہ اولاد نہ ہونے کے غم میں بھی اضافہ ہوتا جا رہا تھا۔ اب ابو کبھی کبھی مجھ سے پوچھتے کیوں ثمینہ! تمہارا ایک بھیا بھی تو ہونا چاہیے ...؟" میں اٹھلا کر کہتی۔ "ضرور ہونا چاہیے۔" میری امی بھی ہامی بھرتیں اور ابو کہتے۔ "ثمینہ پھر لڑکی ہے کوئی وارث تو ہونا چاہیے۔" عزیز رشتہ دار ابو کی خواہش سے واقف تھے اور ہر وقت ہی کہتے تھے کہ دوسری شادی کر لو (میری امی کو کہتے) اس سے اب کوئی امید نہیں۔ میری امی نے جو یہ سنا تو سوچا کہ کیوں نہ خوشدلی کے ساتھ شادی کی اجازت دے دی جائے۔ چنانچہ میری امی نے ابو سے کہا کہ آپ دوسری شادی کر لیں۔ وہ تو شاید اس موقع کی تلاش میں تھے۔ انہوں نے چٹ منگنی پٹ بیاہ والی بات کی اور ہفتے بھر میں ہی دوسری شادی کر لی اور راحیلہ میری سوتیلی ماں بن کر آ گئی۔

راحیلہ ہمارے اندازوں سے تیز نکلی۔ اس نے گھر میں آتے ہی مجھے آنکھوں پر بٹھا لیا اور میری حقیقی والدہ سے بھی زیادہ پیار دیا۔ میں نا سمجھ اور معصوم تھی۔ ریاکاری نہ سمجھ سکتی تھی۔ میں تو بس اس ہی کے گن گانے لگی۔ امی بھی اس کی گرویدہ ہو گئیں۔ ابو کی تو خیر تھی۔ بھئی نئی نویلی دلہن سے ان کا پیار تو ایک فطری امر تھا۔ ایک دو ہفتے میں اس کے حسن و سلوک، خلوص اور پیار و محبت کے سب گرویدہ ہو گئے اور ابو تو جیسے لٹو ہو گئے۔ اب ان محترمہ نے پر پرزے نکالنا شروع کیے۔ مجھے پیار اور محبت کے بجائے تھپڑ ملنے لگے۔

آہستہ آہستہ امی بھی بڑی بیگم صاحبہ کی بجائے کچن، صفائی اور فرش دھونے والی ملازمہ بن گئیں۔ انہوں نے اس پر ہی بس نہیں کیا بلکہ تمام ملازمین کو رفتہ رفتہ (سوائے چوکیدار کے) رخصت کر دیا۔ پہلے ایک دو دن خود کام کیا۔ ابو بہت خوش ہوئے کہ بڑی سگھڑ اور سلیقہ شعار ہے پھر وہ کام بھی ہم ماں بیٹی کو سونپ دیا گیا۔ اب آہستہ آہستہ میری دوسری امی کی والدہ آ کر رہنے لگی، پھر بہنوئی اور بہن، غرض تمام رشتے دار مستقل آ بسے۔ ہمارے لیے جگہ تنگ ہو گئی۔ پھر کمال شفقت سے ہم لوگوں کو سرونٹ کوارٹرز میں منتقل کر دیا۔ درجہ بھی نوکروں کا کر دیا گیا۔ اب ابو آفس سے آتے تو راحیلہ ہماری شکایت کرتی تھی کہ میں ماں بننے والی ہوں اب یہ دونوں کام نہیں کرتیں۔ مجھ سے جلتی ہیں۔ میری ماں کی بے عزتی کرتی ہیں۔ ابو نے آؤ دیکھا نہ تاؤ راحیلہ کے رشتہ داروں کے سامنے امی کو برا بھلا کہا اور مارنا شروع کر دیا اور پھر میرے گال تھپڑ مار مار کر نیلے کر دیے۔

پھر تو یہ روز کا معمول بن گیا۔ امی کا کوئی بھائی نہ تھا جس مکان کے سرونٹ کوارٹرز میں ہم رہتے تھے وہ میرے نانا سے میری امی کو وراثت میں ملا تھا اور گھر کا سامان بلکہ ابو کا کاروبار بھی نانا کی طرف سے ملا تھا وہ سب کچھ جس سے ہم محروم کر دیے گئے تھے اور راحیلہ کے رشتہ دار خوب مزے کر رہے تھے۔ ہم ماں بیٹی جن کی وراثت تھا اب بے وارث تھیں۔ امی کو ایسی چپ لگی کہ جیسے ان کے منہ میں زبان ہی نہ

ہو۔ میں سارا دن کام کرتی رہتی۔ امی ان کو کھلا کر بچا کھچا کھانا کوارٹر میں لے آتیں تاکہ ہم پیٹ کا دوزخ بھر سکیں کیونکہ گھر میں ہمیں کھانے کی اجازت نہ تھی۔

چند ماہ بعد میری سوتیلی ماں کے یہاں لڑکا ہوا جس کا نام فہیم رکھا گیا۔ اب ہمارے فرائض میں مزید اضافہ ہوگیا۔ یعنی فہیم کی تمام تر دیکھ بھال میرے ذمہ آگئی اور ہم پر مظالم کا ایک نیا باب شروع ہوگیا۔ راحیلہ ابو کو کہتی میری امی فہیم کی پیدائش پر بالکل خوش نہیں ہے اور اگر کبھی فہیم کو چھینک بھی آجاتی تو کہتی کہ

"سوکن نے آج میرے بچے کو پڑھ کر کچھ کھلا دیا ہے یا میرے بچے پر تعویذ کر رہی ہے جس کی وجہ سے وہ کمزور اور بیمار رہتا ہے۔"

پھر راحیلہ کے بھائی فوراً بھاگے ہوئے کسی عامل کو لاتے جو بچے پر جھاڑ پھونک کر کے سفلی عمل کی تصدیق کر دیتا۔ ہم نے ہمیشہ فہیم کی زندگی کی خیر مانگی لیکن اس کا نتیجہ تھپڑ اور گھونسوں سے بڑھ کر بیدزنی تک آگیا۔

ایک مرتبہ تو حد ہوگئی فہیم کو راحیلہ کی بہن نے سردیوں میں نہلا کر ٹھنڈی ہوا میں ننگا پڑا رہنے دیا جس سے اسے نمونیہ ہوگیا۔ شام تک اسے تیز بخار ہوگیا۔ راحیلہ نے تو دہائی مچادی اور میری امی کو کہا کہ اس نے کوئی تعویذ گنڈہ کیا ہے۔ حسب دستور راحیلہ کے بہنوئی اسی عامل کو لے آئے۔ اس عامل نے کہا کہ "تعویذ کیے گئے ہیں۔ بچے پر۔" عامل کی بات پر راحیلہ نے تو خوب واویلا مچایا مجھے بالوں سے پکڑ کر مارا ابو نے بھی لعنتیں دیں۔

ابا نے سوتیلی ماں کے کہنے پر اماں پر اور مجھ پر اتنا تشدد کیا کہ اماں کے منہ سے خون کی قے شروع ہوگئی اور میں پٹتے پٹتے بیہوش ہوگئی۔ مجھے ہوش آیا تو میں اپنے کوارٹر میں پڑی تھی اور میری ماں خون تھوک رہی تھی۔ اس کے کندھوں پر اور گلے پر پٹیاں بندھی تھیں مگر اس ماں پر آفرین ہے جو اتنا ستم سہنے کے بعد بھی میرے خیال سے غافل نہ رہی تھی۔ اب کون ہے جو میری اس طرح تیمارداری کرے گا۔

فہیم چند دن کے بعد ٹھیک ہوگیا مگر ہم ماں بیٹی مہینوں چلنے کے قابل نہ ہوئے۔

ہر مصیبت کا ایک روشن پہلو بھی ہوتا ہے جب ہم ذرا سنبھلیں تو ہمیں گھر میں داخل ہونے سے روک دیا گیا اور ہمارے کوارٹر کا دروازہ گندی گلی میں نکال دیا گیا۔ اب ہم بے یار و مددگار تھے لیکن جس کا کوئی نہیں ہوتا ان کا خدا ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اگر دکھ دیتا ہے تو ان کو برداشت کرنے کی طاقت بھی ہمیں عطا کرتا ہے۔ گو کہ امی اب مستقل کھانسی کی مریضہ تھیں لیکن وہ محنت مزدوری کرتی اور مجھے اپنی تمام توجہ پڑھائی پر مرکوز کرنے کی فرصت مل گئی۔ میں نے امتیازی نمبروں سے امتحان پاس کیے پھر یونیورسٹی میں داخلہ لے لیا۔ جب میں یونیورسٹی کی طالبہ تھی مجھے آج بھی یاد ہے کہ میری امی کو ٹی بی کی تیسری اسٹیج تھی اور ہمیں ایک دن کا فاقہ تھا۔

دوا کے پیسے نہیں تھے۔ میں مجبور ہو کر ہمت کر کے گھر چلی گئی کہ ابو سے کچھ پیسے مانگوں۔ لیکن میرے وہاں جانے اور پھر پیسے مانگنے کے عوض میری

سوتیلی والدہ نے میرا غلیظ گالیوں سے استقبال کیا اس روز میں اپنے ابو کے سامنے خوب بولی۔

میں نے یہ سب جب ماں کو بتایا تو پتہ نہیں نحیف ہاتھوں میں اتنی طاقت کہاں سے آگئی کہ میری ماں نے پہلی مرتبہ مجھے زور دار تھپڑ مارا اور کہا کہ "باپ کے سامنے زبان کھولنے سے پہلے تو مر کیوں نہ گئی۔" کمال ہے میری صابر و شاکر ماں کا کہ ان حالات میں بھی روایات نبھار ہی تھیں۔

میری امی خون تھوکتے اور کھانستے ہوئے اللہ کو پیاری ہوگئی اور حرف شکایت زبان پر نہ لائی لیکن اس کا صبر راحیلہ کے لیے بھی جان لیوا ثابت ہوا۔ میری والدہ کی وفات کے بعد ہی اسے مرگی کے دورے پڑنے لگے۔

ابو کا کاروبار میں خسارے پر خسارہ ہونے لگا۔ اندوختہ رحیلہ کی ماں بہن، بہنوئی اور ان کے بچے، ٹڈی دل کی طرح چٹ کر گئے پہلے زیور بکے، پھر گھر کا سامان، غرض سوائے کوٹھی کے جو میری والدہ کے نام تھی سب کچھ گیا۔ ابو قلاش ہوگئے۔ وہ راحیلہ کی بیماری میں اتنے مقروض ہوگئے تھے کہ گھر سے نکلنا تک ترک کر دیا۔

راحیلہ چند ماہ بیمار رہنے کے بعد چل بسی۔ ابو قرض خواہوں کے تقاضے سے تنگ آکر کہیں روپوش ہوگئے۔ وہ جاتے جاتے مکان راحیلہ کی ماں، بہن اور بہنوئی کے سپرد کر گئے کچھ دن کے بعد معلوم ہوا کہ وہ بھی چلے گئے تو میں مکان میں آئی۔

میں نے انگلش میں ایم اے کیا اور لیکچرار مقرر ہوگئی۔ پھر فہیم کو گھر لے آئی۔ آخر وہ بھی میرے ہی باپ کا بیٹا تھا۔ اسی باپ کا جس کے سینے پر میں لیٹی تھی۔ خداوند کریم نے مجھے اپنی رحمتوں سے اتنا نوازا ہے کہ مجھ پر جو ستم ابو نے ڈھائے ہیں میں معاف کر چکی ہوں۔ بس چاہتی ہوں کہ وہ اگر یہ پڑھیں تو واپس آجائیں کیونکہ مجھے ان کے سائے کی پہلے سے کہیں زیادہ ضرورت ہے۔

❄

خشک میوے، ٹافیاں اور مشروبات دانتوں کے لیے نقصاندہ

ماہرین کے مطابق خشک میوے کا استعمال، میٹھے مشروبات یا کولڈ ڈرنکس، سخت ٹافیاں، ترش یا کھٹے مشروبات یا فوڈز، کراری چیزیں اور کافی کے زیادہ استعمال سے دانتوں کی قدرتی خوبصورتی متاثر ہوتی ہے۔ ماہرین کے مطابق خشک میوے میں مٹھاس زیادہ ہونے کا امکان ہوتا ہے جس کا مطلب یہ ہے کہ وہ نہ صرف دانتوں کو کمزور کر سکتے ہیں بلکہ وہ بیکٹریا کا بھی سبب بنتے ہیں جس سے دانت کمزور ہو کر گرنے کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ میٹھے مشروبات خاص کر انرجی ڈرنکس دانتوں کے لیے زیادہ مضر ہیں ماہرین کا کہنا ہے کہ سخت ٹافیاں بھی منہ کی صحت کے لیے مضر ہیں۔ کافی کا زیادہ استعمال کم عمری میں ہی دانتوں سے محروم بھی کر سکتا ہے۔

ریلوے اسٹیشن....

"جناب یہ ریل گاڑی یہاں کیوں رکی ہے......؟"

جمیل اختر

جب 5 منٹ انتظار کے بعد گاڑی نہ چلی تو میں نے ریلوے اسٹیشن پہ اترتے ہی ایک ٹکٹ چیکر سے یہ سوال کیا تھا....

"او جناب پیچھے ایک جگہ مال گاڑی کا انجن خراب ہو گیا ہے اب اس گاڑی کا انجن اسے لے کے اس اسٹیشن آئے گا۔"

اور کوئی متبادل حل نہیں ہے اس کے سوا....؟ میں نے پوچھا

"نہیں جی یہی حل ہے...." اس نے کہا

"کتنا وقت لگے گا....؟" میں نے پریشان کن انداز میں سوال کیا تھا....

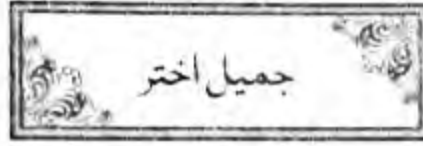
"دو گھنٹے تو کہیں نہیں گئے...." ٹکٹ چیکر نے کہا

دو گھنٹے....؟ میں نے پریشانی میں لفظ دہرائے۔

دو گھنٹے اب اس سٹیشن پہ گزارنے تھے.... اب مسافر گاڑی سے اتر کر پلیٹ فارم پر جمع ہونا شروع ہو گئے تھے۔ کچھ چائے کا آرڈر دے رہے تھے کچھ اور کھانے کا سامان خرید رہے تھے.....

راولپنڈی سے ملتان جاتے ہوئے راستے میں یہ ایک چھوٹا سا سٹیشن تھا.... ایک عرصے بعد میں اس راستے سے گزرا تھا اور اس سٹیشن پر تو بہت ہی مدت بعد.... شاید تیس سال بعد....

مجھے گورڈن کالج کے وہ دن یاد آ گئے جب میں، صفدر اور احمد ملتان سے راولپنڈی پڑھنے آئے تھے.... ان دنوں جب چھٹیوں میں گھر جاتے تو تقریباً ہر سٹیشن پر اترتے تھے۔ کیسے دن تھے نہ وقت کا پتہ چلتا نہ راستے کی کچھ خبر۔ ادھر راولپنڈی سے بیٹھے اور ادھر ملتان سٹیشن.....

میں جس بنچ پر آج بیٹھا ہوں عین ممکن ہے اب سے تیس برس پہلے بھی کبھی بیٹھا ہوں۔ ہو سکتا ہے بنچ تبدیل کر دیا گیا ہو۔ مجھے ویسے ہی ایک خیال آیا۔ میں نے عمارت کی طرف دیکھا یہ وہی پرانی عمارت ہے..... میں نے شاید یہ عمارت پہلے دیکھ رکھی ہے۔ وقت کس تیزی سے گزرتا ہے آواز بھی نہیں ہوتی کسی بھی لمحے کو قید نہیں کیا جا سکتا۔ میں کراچی میں محکمہ ڈاک میں ملازم ہوں۔ ایک سال بعد ریٹائر ہونا ہے۔ ایک کام کے سلسلے راولپنڈی آنا پڑا۔ اب ملتان جا رہا ہوں کچھ روز وہاں رہ کے کراچی

جانے کا ارادہ ہے....

میں نے گھڑی کی طرف دیکھا... انجن کو گئے ابھی صرف پندرہ منٹ ہوئے تھے.... یہ وقت بھی عجیب ہے گزارنے پہ آؤ تو ایک پل نہیں گزرتا۔ انتظار، وقت کو طویل کر دیتا ہے....

"جناب تھوڑا ساتھ ہو کے بیٹھیں گے، میں نے بھی بیٹھنا ہے...."

ایک بزرگ ہاتھ میں عصا لیئے کھڑے تھے.... میرے ہم عمر ہی ہوں گے شاید....

مجھے کچھ ناگوار گزرا لیکن میں تھوڑا سکڑ کر بنچ کے کونے میں بیٹھ گیا....

ہاں تو میں کہہ رہا تھا کہ وقت کے بارے کچھ نہیں کہا جا سکتا.... گزرے تو عمر گزر جائے نہ گزرے تو لمحہ صدیوں کی مثل ہو جائے....

چائے والے کی دکان پہ رش کم ہوا تو مجھے بھی خیال آیا کہ اب چائے پینی چاہیے۔

"سنئے، محترم میری جگہ رکھیے گا میں چائے لے آؤں...."میں نے ان صاحب کو کہا

"اچھا" جواب ملا

"جناب ایک کپ چائے۔" میں نے چائے والے کو کہا....

"جی بہتر"..... دکاندار نے کہا

چائے والے کو پیسے دیتے ہوئے میں نے اسے غور سے دیکھا ایسا لگا میں نے اسے پہلے بھی کہیں دیکھا ہو.....شاید اس کے والد یہ سٹال چلاتے ہوں انہیں دیکھا ہو....

مجھے پوچھنا چاہئے اس کے والد کے بارے....؟؟؟میں نے سوچا

میں چپ چاپ واپس بنچ پر آ کے بیٹھ گیا....

مجھے ہر چیز دیکھی دیکھی کیوں لگ رہی ہے....

میں نے گھڑی کی جانب دیکھا....

ابھی بھی دو گھنٹے گزرنے میں ایک گھنٹہ رہتا تھا....

میں چائے پیتے ہوئے پھر ماضی کے صفحات الٹنے لگا....

"آپ کہیں جا رہے ہیں...."

ساتھ بیٹھے صاحب نے پھر یادوں کے سلسلے کو روکا....

"جی ریلوے سٹیشن پر بیٹھے سب لوگ کہیں نہ کہیں جا ہی رہے ہوتے ہیں...."

میں نے کہا

"نہیں سب لوگ نہیں جا رہے ہوتے...." ان صاحب نے جواب دیا

"اچھا...."

میں نے مختصر جواب دیا اور ماضی کی ورق گردانی شروع کر دی....

میں نے عمارت پر لکھے اسٹیشن کے نام کو بغور پڑھا.... یہ نام یہ نام کچھ سنا سنا سا تھا.... سوچوں کا سلسلہ پھر گورڈن کالج کی طرف مڑ گیا تھا....

کیسے کیسے ہم جماعت تھے کبھی کبھی سارا سارا دن اکٹھے گھومنا اور اب یہ حالت کہ نام تک یاد نہیں رہے۔ شکلیں بھی جو یاد ہیں وہ بھی دھندلی دھندلی....

میں، صفدر، احمد اور ایک اور دوست بھی تھا جو ہمارا ہوسٹل میں روم میٹ تھا.... اوہ ہاں یاد آیا بشارت علی نام تھا اس کا.... اور یہ سٹیشن.....اب

یہ گتھی سلجھی تھی.... بشارت علی اسی اسٹیشن پر اترا کرتا تھا.... میں بھی کہوں مجھے سب دیکھا دیکھا کیوں لگ رہا ہے۔ اس سٹیشن کے پیچھے بنے ریلوے کوارٹرز میں اس کا گھر تھا۔

دماغ بھی عجیب ہے ابھی جس کا نام نہیں یاد آ رہا تھا اور ابھی اس کے ساتھ جڑی کئی یادیں ایک ساتھ دماغ کے کواڑوں پر دستک دینے لگی تھیں....

آپ کہاں جا رہے ہیں ؟؟؟ ان صاحب نے پھر سلسلہ منقطع کیا.....

"ملتان۔" مختصر جواب تھا میرا.... میں نے ان سے پوچھ کر بات طویل نہیں کرنا چاہ رہا تھا۔

ہاں تو میں کہہ رہا تھا.....

کہ جب ہم چھٹیوں میں گھر واپسی کا سفر کرتے اور بشارت کا یہ اسٹیشن پہلے آتا اور گاڑی یہاں پانچ منٹ کے لئے رکتی، تو ہم چاروں ایک ساتھ اترتے اور بھاگتے ہوئے بشارت کے گھر تک جاتے۔ اور اسے اس کے گھر کے سامنے الوداع کہتے اور بھاگتے ہوئے واپس گاڑی تک آتے.... بعض دفعہ گاڑی رینگنا شروع کر دیتی تھی. لیکن ہم کسی نہ کسی طرح گاڑی میں سوار ہونے میں کامیاب ہو ہی جاتے. پھر بہت سے لوگ ہمیں ڈانٹتے کہ ایسا کرنا کتنا غلط تھا لیکن اگلی بار پھر یہی ہوتا.....

وقت کیسے بدل جاتا ہے اتنی تیزی سے.... میں نے گھڑی کی طرف دیکھا.... ابھی آدھا گھنٹہ مزید رہتا تھا.....

ہم تھرڈ ایئر میں تھے جب بشارت نے پڑھنا چھوڑ دیا تھا.... معلوم نہیں ایسا اس نے کیوں کیا۔ وہ پڑھائی میں اچھا تھا پھر بھی جانے کیوں ایک روز اس نے ہم سب کو یہ فیصلہ سنا کر حیران کر دیا... جانے اسے کونسی مجبوری نے آن گھیرا تھا۔ ہم نے اس سے اس وقت بھی نہیں پوچھا تھا اور بعد میں بھی نہ پوچھ سکے۔

ہم نے اسے کہا تھا کہ ہم اسے خط لکھا کریں گے اور گھر واپسی پر اس کے گھر ضرور بھاگتے ہوئے آیا کریں گے۔۔۔ اسے ضرور ہمارا انتظار کرنا چاہیے کہ ہم اچھے دوست ہیں۔ ہمارا ایسا کہنے سے اسے کچھ اطمینان ہوا تھا۔ پھر اس کے بعد ہم نے بشارت کو نہیں دیکھا.....

مجھے یاد ہے اس کے واپس جانے کے بعد ہم بہت اداس رہے تھے کچھ دن.... پھر ہم مصروف ہو گئے.....

ہم بشارت کو بھول گئے اور ہم نے اسے کبھی خط نہ لکھا اس کے بعد ہم کبھی بھی اس اسٹیشن پر نہ اترے اور نہ بھاگ کہ اس کے گھر اس کی خیریت پوچھنے گئے۔۔ ہم جا سکتے تھے لیکن معلوم نہیں ہم کیوں نہیں گئے.....

مجھے آج شدت سے یہ احساس ہوا کہ تین سال کی دوستی کا اختتام ایسے نہیں ہونا چاہئے تھا۔ ہمیں ضرور اس سے اس کے حالات پوچھنے چاہیے تھے.... میں نے اسٹیشن سے پرے بنے ریلوے کوارٹرز کو دیکھا... سب دیکھا دیکھا تھا.... کیا اب بھی وہ یہاں رہتا ہوگا ؟؟؟ مجھے جانا چاہئے تیس سال بعد ویسے ہی بھاگتے ہوئے.... ؟؟؟؟

آپ غالباً راولپنڈی سے آ رہے ہیں ؟؟؟؟ سلسلہ پھر روک دیا گیا....

"جی ہاں میں راولپنڈی سے آ رہا ہوں، ملتان جانا

ہے اور کراچی میں کام کرتا ہوں ایک سال بعد ریٹائر ہوتا ہے۔" میں نے ایک سانس میں ساری داستان کہہ سنائی کہ اب مزید کوئی سوال نہ ہو......

آپ شاید کچھ برا مان گئے میرے سوال پر......؟؟؟؟

"نہیں ایسی کوئی بات نہیں۔" میں نے کہا۔۔۔ اور گھڑی کی جانب دیکھا.... وقت پورا تھا دور سے انجن کی آواز سنائی دی۔ انجن کے اسٹیشن پر پہنچنے اور اس گاڑی کے ساتھ منسلک ہونے میں پانچ منٹ تو لگ جانے تھے... کیا مجھے بشارت کا پتہ کرنا چاہیے....

میں اٹھ کھڑا ہوا...

آپ کہیں جا رہے ہیں؟؟؟؟

"ہاں.... لیکن نہیں...." میں اب بھاگ کے نہیں جا سکتا تھا....

مجھے ہمیشہ افسوس رہے گا کہ میں بشارت سے اس کے حالات نہ پوچھ سکا.... مجھے آج سے پہلے ایسا کبھی خیال نہیں آیا تھا۔۔ اس سٹیشن پر بیٹھے بیٹھے نہ جانے مجھے کیا ہو گیا تھا.... دل کیسا افسردہ ہو گیا تھا....

انجن آگیا تھا۔۔ لوگ آہستہ آہستہ گاڑی پر سوار ہونے لگے تھے میں رش کم ہونے کا انتظار کر رہا تھا....

"آئیں نہ آپ بھی؟؟؟ میں نے ان صاحب سے پوچھا۔۔

"نہیں میں نے کہیں نہیں جانا۔۔ میں تو ویسے ہی روز اس وقت گاڑی دیکھنے آتا ہوں .... بس صاحب اب یہی ایک مصروفیت ہے۔۔"

تو آپ یہیں کے رہنے والے ہیں؟؟؟؟

"جی

"آپ اس گاؤں میں کسی بشارت کو جانتے ہیں؟؟؟؟ میری اور آپ کے ہم عمر ہی ہوں گے"....میں نے سوال کیا کہ شاید یہ بشارت کو جانتے ہوں

بزرگ نے غور سے میری طرف دیکھا

"آپ انہیں کیسے جانتے ہیں؟؟؟"

"آپ یہ چھوڑیں آپ یہ بتائیں جانتے ہیں کیا؟؟؟"

"جی جانتا ہوں۔۔۔"

"آپ یہ بتا سکتے ہیں وہ اب کیسے ہیں وہ میرے ساتھ پڑھتے تھے گورڈن کالج میں۔ میں نے ان سے پوچھنا تھا انہوں نے پڑھنا چھوڑ دیا تھا شاید حالات خراب ہو گئے ہوں....وہ اب کیسے ہیں.....ہم انہیں خط نہ لکھ سکے شاید انہوں نے ہمارا اور ہمارے خط کا انتظار کیا ہو۔ مجھے معذرت کرنی تھی ان سے"

"کیا آپ بتا سکتے ہیں....

تم کمال احمد ہو شاید؟؟؟؟؟ ان صاحب نے مجھے بغور دیکھتے ہوئے کہا تھا

جی جی میں کمال احمد... لیکن آپ کیسے جان گئے کیا آپ ہی بشارت ہیں؟؟؟

دیکھو گاڑی نکلنے والی ہے.... طویل سوالوں کے جواب مختصر وقت میں نہیں دیئے جا سکتے....

خدا حافظ۔۔"

اور وہ صاحب اٹھے اور تیزی سے ریلوے سٹیشن سے باہر کے راستے پر چل دیئے....

تیں سال بعد میں بھاگتے ہوئے گاڑی میں سوار ہوا تھا.... ایک افسردگی اور پریشانی کے ساتھ....

❄

اشفاق احمد

میں یہ سمجھتا تھا کہ بابوں کی Definition سے یا ان کی تعریف سے آپ یقیناً بہت اچھی طرح واقف ہوں گے، لیکن میرا یہ اندازہ صحیح نہیں تھا۔ اب میں آپ کی خدمت میں بابا کی ایک چھوٹی سی تعریف بھی بیان کرتا ہوں۔

بابا وہ شخص ہوتا ہے جو دوسرے انسان کو آسانی عطا کرے۔

آپ کے ذہن میں یہ آتا ہو گا کہ بابا ایک بھاری فقیر ہے۔ اس نے سبز رنگ کا کرتا پہنا ہوا ہے۔ گلے میں منکوں کی مالا ہے۔ ہاتھ میں لوگوں کو سزا دینے کا تازیانہ پکڑا ہوا ہے، اور آنکھوں میں سرخ رنگ کا سرمہ ڈالا ہے۔

ایک تھری پیس سوٹ پہنے ہوئے اعلیٰ درجے کی سرخ رنگ کی ٹائی لگائے ہوئے، ایک بہت اعلیٰ درجے کا بابا بھی ہوتا ہے۔ اس میں جنس کی بھی قید نہیں ہے۔ مرد عورت، بچہ، بوڑھا، ادھیڑ، نوجوان یہ سب لوگ کبھی نہ کبھی اپنے وقت میں بابے ہوتے ہیں، کچھ لوگ اس شیوے کو مستقلاً اختیار کر لیتے ہیں۔

میری زندگی میں بابے آئے ہیں اور میں حیران ہوتا تھا کہ یہ لوگوں کو آسانی عطا کرنے کا فن کس خوبی سے کس سلیقے سے جانتے ہیں۔

میری یہ حسرت ہی رہی۔ میں اس عمر کو پہنچ گیا۔ میں اپنی طرف سے کسی کو نہ آسانی عطا کر سکا، نہ کچھ دے سکا اور نہ ہی آئندہ کبھی اس کی توقع ہے۔

جب ہم تھرڈ ایئر میں تھے تو کرپال سنگھ ہمارا ایک ساتھی تھا۔ ہم اس کو کرپا لا کہتے تھے۔ بیچارہ ایسا ہی آدمی تھا جیسے ایک پنجابی فوک گانے والا ہوتا ہے۔ ایک روز ہم لاہور کے انار کلی بازار میں جا رہے تھے۔ سٹیشنری کی دکانوں کے آگے ایک فقیر تھا۔ اس نے کہا بابا... اللہ کے نام پر کچھ دے۔ میں نے کوئی توجہ نہیں دی۔ پھر اس نے کرپال سنگھ کو مخاطب کر کے کہا کہ اے بابا سائیں... کچھ دے۔ کرپال سنگھ کہنے لگا کہ بھائی...! اس وقت کچھ ہے نہیں، اور اس کے پاس واقعی نہیں تھا۔ فقیر نے بجائے اس سے کچھ لینے کے بھاگ کر اس کو اپنے بازوؤں میں لے لیا اور گھٹ کے جپھی (معانقہ) ڈال لی۔ کہنے لگا، ساری دنیا کے خزانے مجھ کو دیے، تو نے مجھے بھائی کہہ دیا۔ میں ترسا ہوا تھا اس لفظ سے۔ مجھے آج تک کسی نے بھائی نہیں کہا۔

ان دنوں ہم ہوسٹل کے لڑکے چوری چھپے سینما دیکھنے جاتے تھے۔ لاہور بھاٹی کے باہر ایک تھیٹر تھا اس میں فلمیں لگتی تھیں۔ میں اروانند، غلام مصطفیٰ، کرپال۔ ہم سب سینما دیکھنے گئے، رات کو لوٹے تو انار کلی میں بڑی یخ بستہ سردی تھی، وہ کرسمس

کے قریب کے ایام تھے۔ سردی کے اس عالم میں کہرا بھی چھایا ہوا تھا۔ ایک دکان کے تختے پر چھپا ہوا تھا، وہاں سے ایک بڑھیا کی دردناک آواز آ رہی تھی۔ وہ رو رہی تھی اور کراہ رہی تھی، اور بار بار یہ کہے جا رہی تھی کہ ارے میری بہو مجھے بھگوان میٹے تو مر جائے گی، مجھے ڈال گئی اس بڑھیا کی بہو اور بیٹا اس کو گھر سے نکال کر ایک دکان کے پھٹے پر چھوڑ گئے تھے۔

ہم سب نے کھڑے ہو کر تقریر شروع کی کہ دیکھو کتنا ظالم سماج ہے، کتنے ظالم لوگ ہیں۔ اس غریب بڑھیا بیچاری کو یہاں سردی میں ڈال گئے۔ اس کا آخری وقت ہے۔

اروند نے بڑی تقریر کی کہ جب تک انگریز ہمارے اوپر حکمران رہے گا، اور ملک کو سوراج نہیں ملے گا ایسے غریبوں کی ایسی ہی حالت رہے گی۔ حکومت کو کچھ کرنا چاہیے۔ اناتھ آشرم (کفالت خانے، مقیم خانے) جو ہیں وہ کچھ نہیں کرتے۔ ہم یہاں کیا کریں۔

کرپال سنگھ وہاں سے غائب ہو گیا۔ ہم نے کہا پتا نہیں کہاں رہ گیا ہے۔ ابھی ہم اس بڑھیا کے پاس کھڑے ہوئے تقریریں کر رہے تھے کہ وہ بمشکل کے اوپر آیا سردیوں میں بالکل پسینہ پسینہ، فق ہوا، سانس اوپر نیچے لیتا آگیا۔ اس کے ہوسٹل کے کمرے میں چارپائی کے آگے ایک پرانا کمبل ہوتا تھا جسے وہ اپنی چارپائی سے کھینچ کر لے آیا اور اس نے بڑھیا کے اوپر ڈال دیا۔ بڑھیا اس کو دعائیں دیتی رہی۔ کرپال کو نہیں آتا تھا وہ طریقہ کہ کس طرح تقریر کی جاتی ہے۔ فن تقریر سے وہ ناواقف تھا۔

بابا نور والے کہا کرتے تھے کہ انسان کا کام ہے دوسروں کو آسانی دینا۔ آپ کا کوئی دوست تھانے پہنچے، اور وہ تھانے سے آپ کو ٹیلی فون کرے کہ میں تھانے میں آیا ہوں۔ تو بھی یہ مت پوچھو کہ کیا ہوا، کس طرح ہوا، کیسے پہنچے۔ یہ پوچھو کون سے تھانے میں ہو، بس یہ آسانی عطا کرنے کا طریقہ ہے، اور یہ فن ہم نے سیکھا نہیں تھا۔ ہمارے کورس میں، کتاب میں اس قسم کی چیزیں ہی نہیں تھیں۔

میرے ایک بھائی ہیں۔ میرے تایازاد میری عمر کے۔ وہ مجھ سے تھوڑے دن خفا ہوئے۔ انہوں نے کہا، یہ تم نے کیا پروگرام شروع کیا ہے۔ دنیا ترقی کر رہی ہے، زمانہ آگے بڑھ رہا ہے اور تم پیچھے مڑ کے بابوں کی طرف لیے جا رہے ہو۔ جب آدمی ترقی کا مطلب لیتا ہے تو وہ بہانہ، اور سہارا دوسروں کا لیتا ہے۔ اپنی زندگی بنانے کا صرف اکیلا خواہش مند ہوتا ہے۔ کہتے ہیں اس میں کسی اخلاق یا مورلٹی کی ضرورت نہیں، چھوڑو انسان کو۔ اب تم کوئی ایسا کام کرو جو ٹیکنالوجی کے ساتھ تعلق رکھتا ہو، علم عطا کرو، اور ان کو بتاؤ۔

جب وہ مجھ سے بات کر رہے تھے، مجھے اپنے بابا جی کا زمانہ یاد آ رہا تھا

سبی میں ایک میلہ ہوتا ہے۔ سالانہ مویشیوں کا میلہ سارے پاکستان میں بہت مشہور ہے۔ میلہ بہت اعلیٰ درجے کا ہوتا ہے۔ وہاں کے کچھ لوگوں نے بڑی محبت کے ساتھ مجھے خط لکھا کہ ہمارا بھی آپ کے اوپر کوئی حق ہے، اشفاق صاحب آپ کبھی یہاں پر تشریف لائیں۔

میں نے سنا تھا کہ سبی میں بہت گرمی ہوتی ہے، میں کچھ ٹال جاتا تھا۔ خط تقریباً چار سال تک آتا رہا۔ پھر مجھے بہت شرمندگی ہوئی، اور ضمیر نے ملامت کی۔ بھئی ایسی کون سی مصیبت ہے آپ نہیں جا سکتے۔ میں نے کہا، میں

تیار ہوں جانے کے لیے۔

میں نے ارادہ باندھا اور قادری بابا سے جا کر پوچھا۔ اجازت لینے کے لیے۔ ہم زور لگا کے یہ رسم سیکھ رہے تھے، ورنہ کون اجازت لیتا ہے۔

میں نے کہا، سرکار مجھے بستی جانا ہے۔

کہنے لگے بہت خوشی کی بات ہے۔ بڑی اچھی بات ہے، ضرور جاؤ۔

میں نے کہا، جی وہاں کے لوگوں نے بلایا ہے۔

کہنے لگے، نہیں نہیں اس میں پوچھنے کی بات ہی کوئی نہیں، تم جانا اور ضرور جانا۔ میں نے کہا، آپ کی طرف سے اجازت ہے۔ کہنے لگے ضرور ہاں، بالکل اجازت ہے۔ بلکہ میں بہت خوش ہوں۔ میں ان سے اجازت لے کر چلا۔

ابھی میں ڈیرے کے دروازے تک پہنچا، باہر جھاڑ جھنکار کی، ایک باڑ لگی ہوئی تھی، وہاں سے مجھے آواز دے کر پھر بلایا۔

جب میں لوٹ کے آیا تو مجھ سے کہنے لگے، بستی جا رہے ہو، بڑی خوشی کی بات ہے۔ وہاں جا کر لوگوں کو اپنا علم عطا کرتے نہ بیٹھ جانا، ان کو محبت دینا۔

میں نے کہا، سر.... ! محبت تو ہمارے پاس گھر میں دینے کے لیے نہیں، وہ کہاں سے دوں۔ میرے پاس علم ہی علم ہے۔ انہوں نے محبت سے بلایا ہے، محبت سے جانا۔ اگر ہے تو لے کر جانا۔

لیکن ہم تو ظاہر علم سکھاتے ہیں اور یہ محبت! میں نے کہا، جی یہ بڑا مشکل کام ہے۔ میں کیسے یہ کر سکوں گا۔

میں گیا کوششیں بھی کیں، لیکن بالکل ناکام لوٹا، کیونکہ علم عطا کرنا، اور ان کی نصیحتیں کرنا بہت آسان ہے، اور محبت دینا بڑا مشکل کام ہے۔

میں یہ عرض کر رہا تھا کہ بابے وہ ہوتے ہیں جن میں تخصیص نہیں ہوتی۔ اگر آپ زندگی میں کبھی کسی شخص کو آسانی عطا کر رہے ہیں تو آپ بابے ہیں۔ اگر آسانی عطا نہیں کر رہے تو پھر آپ اپنی ذات کے ہیں۔ جیسا کہ میں ابھی عرض کر رہا تھا کہ اس میں جنس کی بھی تخصیص نہیں ہوتی، عمر کی قید نہیں ہوتی۔

میری چھوٹی پوتی نے اس دفعہ گرمیوں کی چھٹیوں میں ایک عجیب و غریب بات کی جو میں تو کبھی نہیں کر سکا، اس نے سکول کی تھرماس لے کر اس میں بہت اچھی سکنجبین بنائی اور برف ڈالی، اس کو جہاں ہمارا لیٹر بکس ہے، درخت کے ساتھ، اس درخت کی کھوہ میں رکھ دیا اور ایک خط لکھ کے پن کر دیا اس کے ساتھ۔ اس نے لکھا....

انکل پوسٹ مین۔ آپ گرمی میں خط دینے آتے ہیں، تو آپ بائیسکل چلاتے ہو، بڑی تکلیف ہوتی ہے۔ میں نے آپ کے لیے یہ سکنجبین بنائی ہے۔ یہ آپ پی لیں۔ میں آپ کی بڑی شکر گزار ہوں گی۔

دوپہر کو ہم روز زبردستی سلا دیتے تھے بچوں کو۔ شام کو جب وہ جاگی تو وہ تھرماس لے آئی، اس کے اوپر خط کے اوپر ہرکارے نے بال پوائنٹ سے لکھا تھا،

پیاری بیٹی تیرا بہت شکریہ۔ میں نے سکنجبین کے دو گلاس پیے، اور اب میری رفتار اتنی تیز ہو گئی ہے کہ میں ایک پیڈل مارتا ہوں تو دو کوٹھیاں آسانی سے گزر جاتا ہوں، تو جیتی رہ۔ اللہ تجھے خوش رکھے۔ کل جو بنائے گی، اس میں چینی کے دو چمچ زیادہ ڈال دینا۔

یہ اس کی محبت ہے نا۔ اس چھوٹی سی بچی نے بابا کی طرح آسانی دی تھی۔ اس نے پوسٹ مین سے ایک

تعلق محسوس کیا۔

ہماری زندگیوں میں ہمارے اس جلتے ہوئے ماحول میں تکلیفوں بھرے ماحول میں آپ نے اکثر دیکھا ہوگا کہ دفاتر، سرکاری دفاتر سے بیوروکریسی سے کوئی خیر نہیں پڑتی۔ لوگ بہت دکھی رہتے ہیں۔ اللہ کے فضل سے ہمارا ایک محکمہ ایسا ہے جو خیر بانٹتا ہے، اور میں اس سے بہت خوش ہوں۔ وہ ڈاک کا محکمہ ہے.... آپ بڑی آسانی کے ساتھ اپنی چیز لے جائیں، وہاں بابو ٹھپا لگا کر آپ کو رسید دیتا ہے۔ میں دعا کرتا ہوں۔ آپ یقین کریں میں سچی بات عرض کرتا ہوں کہ جس طرح سے وہ لوگ کسی درگاہ کے قریب سے گزرتے ہوئے سلام کرتے ہیں، میں جب بھی کسی ڈاک خانے کے پاس سے گزرتا ہوں، چاہے میں گاڑی میں جارہا ہوں میں انہیں سلام ضرور کرتا ہوں۔ اب آپ کہنے والے ہوں گے۔ جناب منی آرڈر چوری کر لیا تھا۔ انہوں نے، اخبار میں آتی ہیں ایسی چیزیں۔ میں مجموعی طور پر بات کر رہا ہوں۔ وہ بڑی خوبی کے مالک ہوتے ہیں، اور وہ آپ کو آسانیاں عطا کرتے ہیں۔

میں جب نیا نیا آیا ولایت سے آیا تو میں جاننا چاہتا تھا کہ یہ ڈیرے کیا ہوتے ہیں۔ میں نے وہاں جو پہلی بات نوٹ کی، وہ یہ تھی کہ ہم لوگ اندر بیٹھے ہیں۔ کھانا کھا رہے ہیں۔ بابا سے باتیں ہو رہی ہیں۔ جب ہم باہر نکلتے تھے تو ساروں کی جوتیاں ایک قطار میں ہوتی تھیں، اور ان کا رخ باہر کی طرف ہوتا تھا۔

میں نے دیکھا کہ لوگوں کی جوتیاں ٹھیک کرنا اچھا فعل ہے۔ مجھ میں کیونکہ تھوڑا سا گھمنڈ تھا کہ میں ولایت سے پڑھ کے آیا ہوں، بڑا کوالیفیکیشن والا ہوں، میں نے ہمت کر کے جوتیاں سیدھی کرنے کی کوشش کی۔ یہ مشکل کام تھا، لیکن میں نے زور لگا کے، اور آنکھ بچا کے (میری بھی عزت کا سوال تھا)۔ تین چار پانچ ٹھیک کی تھیں کہ اوپر سے باباجی آ گئے۔ انہوں نے میرا ہاتھ پکڑ لیا (کہ نہ نہ پت.... تسیں ایہہ کم نہ کرو)... آپ نے نہیں کرنا۔

میں شرمندہ سا تھا، اٹھا لیا مجھے۔ سب لوگ دیکھ رہے ہیں، مجھے منع کر دیا گیا۔

منع تو ہو گیا۔ لیکن میری طبیعت پر بڑا بوجھ رہا، اور میں یہ سوچتا رہا کہ میرے ساتھ ایسا کیوں ہوا۔ میں ایک اچھے فعل میں داخل ہونا چاہتا تھا۔ باباجی نے میری ساتھ یہ کیوں کیا۔

ایک دوپہر کے وقت ہم اکیلے تھے۔ میں نے کہا، جی میں ایک بات عرض کروں، کیونکہ میری طبیعت پر اس کا بڑا بوجھ ہے۔ آپ نے ایسا کیوں کیا۔

میں تو اچھا کام کر رہا تھا۔

کہنے لگے آپ کے لیے ضروری نہیں تھا۔ ایسا فعل آپ کے تکبر میں، اور اضافہ کر دیتا، کیونکہ چند لوگ دیکھتے کہ جناب سبحان اللہ اشفاق صاحب یہ کام کر رہے ہیں۔ آپ نے، اور "پائے خان" بن جانا تھا۔

بڑی دور کی بات ہے۔ اس لیے ہم نے ان لوگوں کی خدمت میں یہ عرض کیا، ہم ہرگز ہرگز پیچھے کی طرف نہیں جا رہے ہیں۔ ہم تو بہت آگے ذرا زیادہ Advance جا رہے ہیں۔ ہم لوٹ کے آنا چاہتے ہیں۔ اس استحکام، اور مضبوطی کی طرف جو کسی زمانے میں ہمارا طرہ امتیاز تھا۔

ایک سائیکالوجی کے پروفیسر تھے۔ بہت بھلے آدمی۔ میرا بھانجا ان سے پڑھتا تھا.... تو وہ ایک دن آیا، کہنے لگا، ماموں پروفیسر صاحب ایکسٹرا کلاسیں لیتے

ہیں شام کے وقت اور دس Student ان کے پاس بیٹھ کر پڑھتے ہیں۔ امی تو پیسے نہیں دے سکتیں، ابو کا ہاتھ بھی تنگ ہے۔ آپ پروفیسر صاحب سے مل کر کچھ طے کریں۔ ابو کہتے ہیں کہ ہم ان کو 500 روپیہ دے سکتے ہیں۔

میں ان پروفیسر صاحب کے پاس گیا۔ شام کے وقت گھاس پر پرانے انداز میں بیٹھے ہوئے بڑے انہماک اور لگن کے ساتھ پڑھا رہے تھے۔ میں نے گستاخی کی۔ میں نے کہا، پروفیسر صاحب میں آپ سے بات کرنا چاہتا ہوں۔ وہ کلاس چھوڑ کے آئے۔ میں نے کہا، میں آپ کے پاس ایک درخواست لے کر آیا ہوں۔ آپ مجھے جانتے ہیں۔ کہنے لگے، ہاں جی ہاں ہم آپ کو بہت اچھی طرح سے جانتے ہیں۔ میں نے کہا آپ سے یہ درخواست کرتا ہوں کہ میری بہن زیادہ صاحب حیثیت نہیں ہے وہ صرف پانچ سو روپیہ آپ کو دے سکیں گے۔

کہنے لگے اشفاق صاحب....! مجھے پڑھانے کے پیسے تو ملتے ہیں۔ میں نے کہا، وہ دوسرے لڑکے آپ کو زیادہ دیتے ہوں گے۔ کہنے لگے، نہیں نہیں مجھے سرکار سے ملتے ہیں۔ میری تنخواہ ہے۔ میں نے کہا، وہ تو کالج میں پڑھانے کے ملتے ہیں یہ تو آپ ایکسٹرا پڑھا رہے ہیں۔

کہنے لگے نو نو نو All the time Teacher is Teacher وہ صبح پڑھائے یا شام۔

اس کے پیسے تو مجھے سرکار ہی دیتی ہے۔ یہ آپ کو کس نے کہہ دیا کہ میں 500 روپیہ لیتا ہوں۔ آپ تو مجھے شرمندہ کر رہے ہیں۔ یہ تو میرا فرض ہے، اور یہ میری محبت ہے، اور یہ لوگ بڑی محبت کے ساتھ آئے ہیں۔

وہ پروفیسر تھے جو آسانی عطا کرتے تھے، ان کے پاس اور کلاسیں آتی رہیں، میں ان کو دیکھتا رہا، اور ان کو سلام کرنے جاتا رہا، کیونکہ وہ بھی ایک بابا تھے، اسی طرح میری پوتی ایک بابا ہے۔ میں اسے سلام کرتا ہوں، ڈاکخانہ ایک بابا ہے۔ یہ ایک استعارہ ہے جس میں سچ مچ لوگ بھی ہوتے ہیں۔ لیکن ذرا سا جھجکا اس لیے لگتا ہے کہ اس میں ایمپوسٹرز تو ضرور آہی جاتے ہیں۔ جعلی بندے شامل ہو ہی جاتے ہیں۔ ایمپوسٹرز جو ہے، ٹھگ جو ہے، وہ اپنے انداز کا ہے، ویسا ہی رہے گا۔

آپ نے اپنے بچپن میں دیکھا ہو گا۔ آپ کے محلے کے آپ کے گاؤں کے، اور آپ کے قصبے کے یا آپ کے شہر کے بزرگ جو تھے وہ جب راہ چلتے تھے تو اپنی چھڑی کے ساتھ کوئی کیلے کا چھلکا پڑا ہوا ہے یا کوئی ایسی گری پڑی چیز اینٹ، روڑا ہٹاتے چلے جاتے ہیں۔

ہم نے کبھی ایسا نہیں کیا۔ یہ بدنصیبی ہے۔ جس دن اپنی چھڑی کے ساتھ، ایک اکیلا آدمی اس آلائش کو دور کرتا چلا جائے گا، مجھے یقین ہے کہ اس کے پیچھے چلنے والے آتے جائیں گے، اور ملتے رہیں گے۔

ہماری یہ کوتاہی رہی ہے کہ ہم اس کے بارے میں علم عطا کرنے کی کوششیں کرتے ہیں۔ وہ باباجی نے جو کہا تھا کہ ان کو محبت دینا۔ آپ کو مجھ سے محبت کی ضرورت ہے ورنہ علم اندر نہیں جاتا۔ وہ پروفیسر جو گھاس پر بیٹھ کر لڑکوں کو پڑھاتا تھا، اس کا علم جاری رہا تھا۔ وہ اس لیے کہ اس کے پاس ایک ایسا پرنالہ تھا جو محبت کا تھا، اور وہ پھسل پھسل کر لڑکوں میں داخل ہو رہا تھا۔

❖

پیر صاحب کوہستانی

مہمان کالم

ذوالفقار احمد چیمہ (آئی جی پولیس)

میرا بچپن کا کلاس فیلو اور دوست "س" اسمبلی کا ممبر تو بن گیا مگر جب بھی ملاقات ہوئی پریشان ہی نظر آیا۔ اس کی پریشانی کی بڑی وجہ یہ تھی کہ 'حکمرانوں کا قرب حاصل نہیں ہوا۔ وزیر اعلیٰ صاحب نہ لفٹ کراتے ہیں نہ ملاقات کا وقت دیتے ہیں۔

ایک بار مجھ سے آکر اس مسئلے کا حل پوچھنے لگا تو میں نے معذوری ظاہر کرتے ہوئے کہا کہ میں اس فیلڈ میں کورا ہوں۔ جو لوگ آپ کی قیادت کے قریب ہیں ان سے پوچھ لو۔ کہنے لگا نہیں ان سے پوچھوں تو بے عزتی ہوگی۔ آخر عزت بھی کوئی چیز ہے۔ میں چاہتا ہوں مقصد بھی حاصل ہو جائے اور بھرم بھی قائم رہے۔

پھر ایک روز فون آیا کہ اتوار کو گھر پر ہی رہنا کہیں جانا ہے۔ وقت مقررہ پر وہ آپہنچا۔

میں نے پوچھا کہاں جانا ہے....؟ کہنے لگا مذاق نہ سمجھنا شہر میں ایک روحانی شخصیت کا بڑا چرچا ہے۔ "پیر صاحب کوہستانی" پہاڑوں پر کئی سال عبادت اور ریاضت میں گزارنے کے بعد اب عوام الناس کی خدمت کیلئے کچھ دیر شہر میں آئے ہیں۔ میں نے کہا تمہاری توہم پرستی نہ گئی، کہنے لگا "نہیں یہ پیر صاحب بڑے پڑھے لکھے اور جدید دور کے تقاضوں کا مکمل ادراک رکھتے ہیں۔ کمپیوٹر سے تعویز نکالتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کو من کی مراد ملی ہے۔ VIPs کا تانتا بندھا رہتا ہے۔ ان سے دعا کرانے اور تعویز لینے میں کیا حرج ہے۔ معمولی سی تو فیس ہے ان کی"۔ دوست کے اصرار کرنے پر میں ساتھ چل پڑا۔

"آستانہ کوہستانی" ایک جدید بستی میں ایک ماڈرن اور کشادہ بنگلہ تھا جس کے باہر گاڑیوں کی قطار لگی ہوئی تھی۔ ہمیں جاتے ہی کمرہ خاص میں لے جایا گیا۔

پیر صاحب کوہستانی میرے دوست کو بڑی عزت سے ملے اور مجھے (نہ جانتے ہوئے بھی) اس سے بھی زیادہ احترام سے ملے۔ پیر صاحب نے ہمیں سائیڈ پر بٹھاتے ہوئے کہا آپ کے ساتھ آرام سے بات ہوگی۔ چائے اور لوازمات منگوا لئے گئے اور ہماری موجودگی میں ہی سائل یا درخواست گذار باری باری آنے لگے۔

پیر صاحب لیپ ٹاپ سامنے رکھے ٹک ٹک کرتے، پرچی یا تعویز نکالتے اور طلبگاروں کو دیتے جاتے۔

سب سے پہلے جو صاحب آئے انہوں نے مسئلہ بیان کرتے ہوئے کہا کہ "پیر صاحب بجلی کا بل بہت زیادہ آتا ہے۔ کچھ تو کنڈوں سے بھی کام چل رہا ہے مگر بل آکر دل ہلا دیتا ہے۔ اس کا کوئی حل نکالیں"۔ پیر صاحب نے کمپیوٹر پر تعویز ٹائپ کیا اس پر پھونک ماری اور کہا یہ تعویز بجلی کے میٹر پر لٹکا دیں فرق پڑ جائیگا۔

دوسرے صاحب آئے تو پیر صاحب نے پوچھا' آپ کی کار پٹرول زیادہ کھاتی تھی فرق پڑا کہ نہیں....؟ وہ کہنے لگے حضور آپ کی ہدایت کے مطابق تعویز پٹرول کی ٹینکی پر رکھا تھا مگر رکھتے ہی جل گیا۔

پیر صاحب نے کہا تعویز یقیناً اپنی حرارت اور طاقت

سے جل گیا ہوگا۔ پھر اسے ایک نیا تعویز عطا کیا گیا اس تاکید کے ساتھ کہ اسے پٹرول میں مکس کر کے ٹینکی میں ڈال دیں فرق پڑ جائے گا۔

قریبی مسجد کے امام بھی آئے اور کہا "پیر صاحب Password یاد نہیں رہتا ایسا تعویز دیں کہ پاس ورڈ بھول جائے تو بھی لیپ ٹاپ کھل جایا کرے"۔

ایک خاتون نے جو کسی بنگلے میں ملازمہ تھی اور صفائی کا کام کرتی تھی، کہا کہ حضور میں نے بڑی دفعہ اپنی بیگم صاحبہ سے کہا ہے کہ میں جب پارک میں واک کر رہی ہوں تو مجھے بلانے کیلئے SMS کیا کریں لیکن وہ بلانے کیلئے ہمیشہ ملازم بھیجتی ہیں جو اونچی اونچی آوازیں دینی شروع کر دیتا ہے جس سے میری بڑی insult ہوتی ہے۔ کوئی اچھا سا تعویز دیں تاکہ یہ مسئلہ حل ہو۔ ملازمہ کو تعویز عنایت کیا گیا کہ "بیگم صاحبہ کے پراندے کے ساتھ باندھنا ہے"۔

ہر عمر کے مختلف خواتین وحضرات آتے رہے اور اپنے مسائل بتاتے رہے۔ ایک والد نے آکر کہا "بیٹا کنٹرول سے باہر ہو رہا ہے بغیر بتائے ہوئے دھرنوں پر چلا جاتا ہے"۔

ایک صاحب کا کہنا تھا "بڑی لیڈ سے جیت کر ایم پی اے بنا ہوں وزارت کا ہونٹ انہیں ملتا تو پارلیمانی سیکرٹری ہی بنوا دیں!!۔

اسے تعویز دیا گیا کہ یہ وزیر اعلیٰ کی خاکی بشرٹ کی جیب میں ڈال دینا"۔ ایک خاتون نے آکر کہا جناب "بچی چپ چپ رہتی ہے"، پوچھا گیا بچی کی عمر کتنی ہے؟ ماں نے بتایا بیس بائیس سال۔ "بی بی آپ بچی کی خواہش کے مطابق اس کی شادی کر دیں اور یہ تعویز اس کے موبائل فون کے ساتھ چپکا دیں"۔

ایک پچاس پچپن سالہ خاتون نے ٹھنڈی آہ بھرتے ہوئے کہا "پیر صاحب کوئی تیز قسم کا تعویز دیں خاوند بالکل توجہ نہیں دیتا"۔ پیر صاحب نے پوچھا آپ کے کتنے بچے ہیں؟ "جی دس بچے ہیں"۔ "دیکھیں بی بی! اب بھی آپ کو توجہ چاہیے..... اب آپ کا خاوند بیچارہ آپ پر توجہ دے یا دس بچے پالنے کیلئے روزی کی تلاش پر توجہ دے۔ آپ کو اب اپنے نہیں بچوں کے حقوق کی فکر ہونی چاہیے"۔

خاتون نے اُٹھتے ہوئے کہا پیر صاحب آپ کے پاس تو بڑی امیدیں لے کر آئی تھی آپ نے تو مایوس ہی کیا ہے"۔

ایک اور نوجوان ایک ٹی وی چینل کی خاتون اینکر کو فیس بک فرینڈ بنانے کا خواہشمند تھا، اسے بھی تعویز عنایت کر دیا گیا۔

ایک اور رکن اسمبلی آئے۔ ان سے پیر صاحب نے مسئلہ پوچھا تو پہلے ذرا شرمائے پھر بولے "حضور جعلی ڈگری کا کیس چل رہا ہے مدد فرمائیں"۔

پیر صاحب نے پوچھا ڈگری کہاں سے لی تھی؟ اس پر وہ مزید جھینپ گئے پھر کہنے لگے ٹھہر جائیں ابھی بتاتا ہوں۔ جیب سے کاغذ نکالا اور پڑھ کر یونیورسٹی کا ایک ایسا نام لیا جسے سن کر وہ بھی اور پیر صاحب بھی ہنس پڑے۔ پھر بولے "لیکن جناب اسے جعلی ثابت کرنے کیلئے میرے مخالف کے پاس ثبوت کوئی نہیں ہے"۔ اسے بھی تعویز عطا کیا گیا۔

ایک بیوروکریٹ نے آکر بتایا کہ اس کے خلاف نیب میں کیس چل رہا ہے "کیس تو جھوٹا ہی ہوگا ناں؟" پیر صاحب نے پوچھا "جناب نیب والے ثابت کچھ نہیں کر سکتے" افسر نے جواب دیا۔ یہ دو تعویز لے جائیں ایک خود پی لیں دوسرا جج کی میز تلے رکھ دیں۔ ایک اور سیاستدان آیا جسے شکایت تھی کہ ٹی وی اینکر جب اسے بلاتا ہے تو پورا وقت نہیں دیتا زیادہ وقت خود بولتا ہے اور

سوال کی بجائے تقریر کرتا ہے۔

ایک یورپ پلٹ سوٹڈ بوٹڈ شخص کا کہنا تھا "پارٹی فنڈ بھی خاصہ دے چکا ہوں مگر ٹکٹ کا ابھی تک وعدہ نہیں ہوا"۔ اس کے بعد ایک برقعہ پوش خاتون آئی جب بولی تو آواز مردانہ تھی۔ اس نے کہا پیر صاحب ایسا تعویز دیں جو اسلام آباد کے ڈی چوک پر پہنچتے ہی دھرنے کے شرکاء بھاگ کھڑے ہوں اور اسلام آباد خالی کر دیں۔

میں نے کہا کہ یہ مسلم لیگ (ن) کی کوئی خاتون ایم این اے ہیں۔ میرے دوست نے کہا مجھے تو یہ کوئی اسلام آباد کا پولیس افسر لگتا ہے جو لوگوں سے چھپ کر آیا ہے۔ جب برقعہ تھوڑا سا سرکا تو نظر آ گیا کہ وہ وفاقی کابینہ کے ایک معروف وزیر تھے۔

پھر ایک اور مردانہ آواز والی برقع پوش خاتون آ گئیں اور پیر صاحب سے درخواست کی کہ "ایسا تعویز دیں کہ یہ سلسلہ کچھ دیر اور چلے"۔ پیر صاحب نے پوچھا کونسا سلسلہ؟ برقع پوش نے کہا' جناب ڈی چوک والا'۔ مگر وہ کیوں؟ پیر صاحب حیران ہوئے۔ "حضور اس لئے کہ ہمارے معاملات بہت اچھے جا رہے ہیں۔ کوئی فائل نہیں رک رہی۔ چند فائلیں، کچھ بڑے پراجیکٹ اور کچھ بیرون ملک تعیناتیاں رہ گئی ہیں، وہ ہو جائیں تو پھر چاہے دھرنا اُٹھ جائے"۔

مگر آپ ہیں کون بھائی؟ پیر صاحب نے برقع ہٹایا تو اندر سے ہٹا کٹا نوجوان نکلا۔ دونوں کو علیحدہ علیحدہ رنگوں کے تعویز دیئے گئے۔

حیران کن بات یہ ہوئی اس روز کچھ بہت با اثر وزیروں اور بیوروکریٹوں کے نمائندے بھی دھرنا جاری رہنے کے تعویز لینے آئے تھے ان سے پیر صاحب نے وجہ دریافت کی تو انہوں نے صاف بتا دیا کہ "ہماری کارکردگی بے نقاب ہو گئی ہے اس لئے ہمیں یقین ہے کہ وزیر اعظم دھرنوں سے فارغ ہوتے ہی ہمیں فارغ کر دیں گے لہٰذا ہم چاہتے ہیں کہ یہ دھندا ابھی چلے تا کہ ہمارا دھندہ بھی چلتا رہے"۔

ان سے فارغ ہو کر پیر صاحب نے میرے دوست کو بھی تعویز دیئے بلکہ مہینے بھر کی اکٹھی خوراک دے دی۔ کچھ تعویز وزیر اعلیٰ اور کچھ ان کے سٹاف کیلئے تھے۔

کبھی کبھی یوں لگتا تھا کہ پیر صاحب کا چہرہ بڑا جانا پہچانا سا ہے۔ اٹھتے ہوئے میں نے کہہ ہی دیا کہ لگتا ہے آپ کو کہیں دیکھا ہوا ہے پھر میں نے غور سے دیکھتے ہوئے کہا آپ کا تعلق ایبٹ آباد سے......

پیر صاحب بڑے پریشان ہوئے۔ انہوں نے میرے گھٹنوں کو ہاتھ لگاتے ہوئے کہا' لگتا ہے آپ نے مجھے پہچان لیا ہے۔

سر! میں محمد رفیق ہی ہوں آپ کا ماتحت۔ آپ ایبٹ آباد میں ڈی آئی جی تھے تو میں بھی وہاں پولیس میں ہوتا تھا۔ اب میں نے پوری طرح پہچانتے ہوئے کہا "اوئے توں تے فیقا حوالدار ایں اور تم کرپشن کے الزام میں ڈسمس ہو گئے تھے"۔ اب "پیر کوہستانی" نے منت کرتے ہوئے کہا "سر جی! خدا کیلئے کسی سے بات نہ کیجئے اچھا کاروبار چل رہا ہے، آپ کے دوست کو حصہ دار رکھنے کیلئے.... تیار....

"shut up you nonsense" میں نے ڈانٹا تو کہنے لگا:

"سر جی آپ کہیں گے تو کاروبار wind-up کر کے دو تین دن تک پہاڑوں پر واپس چلا جاؤں گا۔ خدا کیلئے معاف کر دیجئے"۔ میں نے اپنے دوست کی طرف دیکھتے ہوئے کہا بہتر ہے یہ فوراً پہاڑوں پر ہی چلا جائے...... عبادت اور ریاضت کیلئے!!!

(بشکریہ جنگ اخبار)

ناخوشگوار تجربات سے رہنمائی حاصل کیجیے

طوبیٰ دانش

بعض لوگوں سے الفاظ سننے کو ملتے رہتے ہیں کہ کاش میں نے ایسا نہ کیا ہوتا، افسوس میں نے فلاں کا مشورہ نہ مانا۔ اگر میں اس وقت یوں کر لیتا تو میری حیثیت آج کچھ اور ہوتی۔ کیا کروں میری قسمت ہی خراب ہے۔ زمانہ ہی ایسا آگیا ہے، زندہ رہنا مشکل ہو گیا وغیرہ وغیرہ....

ایسے کلمات یا احساسات جن سے حسرت، افسوس اور پشیمانی کا اظہار ہوتا ہے انسان کو بے چین و مضطرب کیے رکھتے ہیں۔ کیا اس قسم کے کلمات کی ادائیگی یا ہر دوسرے شخص سے اپنی محرومیوں کا اظہار کیا واقعی فائدہ مند ہے....؟ اس کا سادہ سا جواب ہے کہ "ہرگز نہیں" کیونکہ افسوس، ندامت اور پشیمانی کا مسلسل اظہار غیر محسوس طور پر انسان کی شخصیت کو مجروح کرتا رہتا ہے۔

ماہرین نفسیات کا کہنا ہے کہ انسان تدبیر ضرور اختیار کر سکتا ہے لیکن تقدیر خود نہیں لکھ سکتا۔ اس بات پر افسوس ملنا کہ فلاں چیز ہمیں کیوں نہیں ملی یا ہم اس نعمت سے محروم کیوں رہے جو دوسروں کے حصے میں آگئی....؟ وقت اور توانائی کے سوا کچھ نہیں۔

ایک عام خیال یہ ہے کہ انسان سب سے زیادہ جس چیز میں اپنا وقت برباد کرتا ہے وہ "افسوس کرنا" ہے۔ بیشتر لوگ ماضی کی تلخ یادوں میں گھرے رہتے ہیں۔ ان کا زیادہ تر وقت اس بات پر کڑھنے میں گزرتا ہے کہ اگر میں نے ایسا کیا ہوتا تو میرا کام نہ بگڑتا۔ ایسا سوچنے کے بجائے یہ سوچیں کہ میرا افسوس کرنا بے کار ہے۔ اگر اب مجھے اس کام کا موقع ملا تو دوسرے ڈھنگ سے کروں گا۔ ایسا سوچنے سے آپ کی توجہ ماضی کے بے فائدہ یاد سے ہٹ کر مستقبل کے متعلق غور و فکر اور منصوبہ بندی میں لگ جائے گی۔ وہی تلخ یاد ایک قیمتی تجربے کی شکل اختیار کر جائے گی۔

یہ بات بھی ذہن نشین کر لیں کہ دنیا میں سب سے بڑی دولت صرف پیسہ نہیں ہے۔ اگر آپ ہر معاملے کو پیسے کی نظر سے دیکھنے لگیں گے تو ذہنی سکون آہستہ آہستہ جاتا رہے گا۔ صرف مادیت ہی نہیں بلکہ روحانی، تہذیبی اور معاشرتی اقدار بھی

ناخوشگوار تجربات سے رہنمائی حاصل کیجیے

طوبیٰ دانش

بعض لوگوں سے الفاظ سننے کو ملتے رہتے ہیں کہ کاش میں نے ایسا نہ کیا ہوتا، افسوس میں نے فلاں کا مشورہ نہ مانا۔ اگر میں اس وقت یوں کرلیتا تو میری حیثیت کچھ اور ہوتی۔ کیا کروں میری قسمت ہی خراب ہے۔ زمانہ ہی ایسا آگیا ہے، زندہ رہنا مشکل ہو گیا وغیرہ وغیرہ۔

یہ تمام وہ احساسات جن سے حسرت، افسوس اور پشیمانی کا اظہار ہوتا ہے انسان کو بے چین و مضطرب کیے رکھتے ہیں۔ کیا اس قسم کے قسمت کی ناکامی یا ہر دوسرے شخص سے اپنی محرومیوں کا اظہار کیا واقعی فائدہ مند ہے.....؟ اس کا سیدھا سا جواب ہے کہ "ہرگز نہیں" کیونکہ افسوس، ندامت اور پشیمانی کا مسلسل اظہار غیر محسوس طور پر انسان کی شخصیت کو مجروح کرتا رہتا ہے۔

ماہرین نفسیات کا کہنا ہے کہ انسان تدبیر ضرور تبدیل کرسکتا ہے لیکن تقدیر خود نہیں لکھ سکتا۔

اس بات پر افسوس ملنا کہ فلاں چیز ہمیں کیوں نہیں ملی یا ہم اس نعمت سے محروم کیوں رہے جو دوسروں کے حصے میں آگئی.....؟ وقت اور توانائی کے سوا کچھ نہیں۔

ایک عام خیال یہ ہے کہ انسان سب سے زیادہ جس چیز میں اپنا وقت برباد کرتا ہے وہ "افسوس کرنا" ہے۔ بیشتر لوگ ماضی کی تلخ یادوں میں گھرے رہتے ہیں۔ ان کا زیادہ تر وقت اس بات پر کڑھنے میں گزرتا ہے کہ اگر میں نے ایسا کیا ہوتا تو میرا کام نہ بگڑتا۔ ایسا سوچنے کے بجائے یہ سوچیں کہ میرا افسوس کرنا بے کار ہے۔ اگر اب مجھے اس کام کا موقع ملا تو دوسرے ڈھنگ سے کروں گا۔ ایسا سوچنے سے آپ کی توجہ ماضی کے بے فائدہ یاد سے ہٹ کر مستقبل کے متعلق غور و فکر اور منصوبہ بندی میں لگ جائے گی۔ وہی تلخ یاد ایک قیمتی تجربے کی شکل اختیار کرجائے گی۔

یہ بات بھی ذہن نشین کرلیں کہ دنیا میں سب سے بڑی دولت صرف پیسہ نہیں ہے۔ اگر آپ ہر معاملے کو پیسے کی نظر سے دیکھنے لگیں گے تو ذہنی سکون آہستہ آہستہ جاتا رہے گا۔ صرف مادیت ہی نہیں بلکہ روحانی، تہذیبی اور معاشرتی اقدار بھی

سکون و اطمینان کا باعث بن سکتی ہیں۔ جس طرح نوٹ کی بنیاد پر کوئی چیز خریدی جاسکتی ہے۔ اعتبار کی بدولت سے بھی آپ بہت کچھ حاصل کرسکتے ہیں۔ برطانوی وزیراعظم مسٹر چرچل کا کہنا تھا ''میں اپنے دوستوں پر اعتماد کرتا ہوں اور وہ اسے میری خود اعتمادی کا نام دیتے ہیں۔''

قسمت یا تقدیر کو آزمانے سے پہلے خود ہی اپنی بری تقدیر کا فیصلہ مت کریں، منزل کا تصور کرنے سے پہلے مشکلات کو اپنے اوپر طاری نہ کریں۔ یاد رکھیے ایک دو بار کی ناکامی کا مطلب ہمیشہ کی ناکامی نہیں۔

دیکھیے! شارٹ کٹ یا ''مختصر راستے'' کا لفظ سڑکوں اور پگڈنڈیوں کی دنیا کے لیے کارآمد ہوسکتا ہے لیکن زندگی کی جدوجہد میں ''مختصر راستے'' جیسی کوئی چیز نہیں یا اگر کوئی ہے بھی تو اس میں منزل پر پہنچ جانے کے امکانات انتہائی کم ہوتے ہیں۔

دنیا میں کوئی ایک ایسا انسان نہیں جس نے تمام عمر خوشیاں ہی خوشیاں دیکھی ہوں، جو کبھی خوف، پریشانی یا دکھ میں مبتلا نہ ہوا ہو۔

یہ کیفیات تو زندگی کی علامتیں ہیں اگر دکھ نہ ہوتا تو سکھ کی پہچان کیسے ہوتی....؟ البتہ کوشش یہ ہونی چاہیے کہ غم، دکھ جیسی کیفیات مستقل طور پر مسلط نہ ہوسکیں۔ خود کو اس بات کے لیے تیار رکھنا چاہیے کہ زندگی کی آخری سانس تک کوئی بھی کیفیت آدمی کا استقبال کرسکتی ہے۔

ہمارے ہاں بڑا معروف مقولہ ہے ''چادر دیکھ کر پاؤں پھیلاؤ'' یہ چیز نہ صرف معمولات زندگی کے لیے بلکہ سوچ کے حوالے سے بھی بہت اہم ہے۔ وسائل اور اپنی حیثیت سے زیادہ چاہنا پریشان اور بے اطمینان کرسکتا ہے۔ ہماری خواہشات کا دائرہ کار بھی ہمارے وسائل کے مطابق ہونا چاہیے۔

مایوسی چھوڑیے، نئی، پرجوش، پرعزم اور ولولہ انگیز زندگی کا آغاز کیجیے۔ ماضی کے ناخوشگوار تجربات کو رہنمائی کا ذریعہ بناتے ہوئے آگے بڑھنے کے لیے کوشاں رہیے۔ انشاء اللہ منزل آپ کے قریب سے قریب تر ہوتی جائے گی۔

خود اعتمادی کا فقدان

انسان کے اندر خود اعتمادی کا فقدان متعدد طریقوں سے ظاہر ہوتا ہے۔ معمولی سی بھی ناخوشگوار ہیجانی کیفیت فوراً جذباتی ردعمل کا اظہار کرتی ہے۔ ایک معمولی سا لفظ یا چھوٹا سا واقعہ شدید ردعمل پیدا کرنے کا باعث بن جاتا ہے۔ اس کے نتیجہ میں تھکن کا احساس بھی جنم لیتا ہے۔

ذہنی تھکن دماغ کو متاثر کرکے اسے خود اعتمادی کے ساتھ فیصلے کرنے سے روکتی ہے۔

دوسرے الفاظ میں ایسا شخص اندر سے ٹوٹ پھوٹ میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ ظاہری طور پر ٹوٹ پھوٹ نظر نہیں آتی۔ لیکن پھر بھی وہ ایک صحت مند انسان کے طور پر باقی نہیں رہتا۔ بس الجھ کر رہ جاتا ہے۔ ضرورت اس بات کی ہے کہ ان بکھرے ہوئے ٹکڑوں کو دوبارہ جوڑ کر انسان کو مکمل کس طرح کیا جائے اور اس کے اندر خود اعتمادی کیسے پیدا کی جائے۔

ایسی صورت میں ہمیں کیا کرنا چاہیے۔ جب زندگی ایک بوجھ نظر آنے لگے اور خود اعتمادی کی کمی انسان کو تباہی کے دہانے تک پہنچادے۔

اس مسئلہ کے حل کے لیے چند نہایت آسان نفسیاتی اقدامات کرنا پڑیں گے۔ اگر آپ خود کو ایسی صورتحال میں گرفتار پائیں تو مندرجہ ذیل آٹھ اقدامات آزما کر دیکھیں۔

اقرار کرنا

پہلی بات تو یہ کہ اپنی موجودہ صورتحال کو تسلیم کریں اور یہ یقین رکھیں کہ یہ صورتحال عارضی ہے۔ یہ بھی پیشِ نظر رکھیں کہ اس صورتحال سے چھٹکارا فوری طور پر نہیں ہوگا۔ صورتحال کو جوں کا توں تسلیم کر کے پر سکون ہو جائیں۔ صرف اتنا سا عمل کر کے ہماری بہت سی مشکلات خود بخود حل ہو جاتی ہیں۔ یہ ایک عارضی صورتحال کو تسلیم کرنا ہے۔ لیکن یہ اگر مگر کے بغیر پوری طرح ہونا چاہیے۔

عمل کرنے کا فیصلہ کریں

دوسرا قدم یہ ہے اس صورتحال سے نکلنے کے لیے عزم مصمم کریں۔ بکھرے ہوئے ٹکڑوں کو ایک ایک کر کے جوڑنا ہے۔ یہ کہنے کی ضرورت نہیں کہ "میں نہیں کر سکتا" یا "یہ کرنے کی میرے اندر قوت نہیں" عزم مصمم کا فائدہ یہ ہے کہ اس طرح آپ کی قوت ارادی لوٹ آئے گی۔ صرف وہی شخص ناکام ہوتا ہے جو کوشش ترک کر دے۔ آپ کو فتح کے لیے پر عزم رہنا ہے۔

منزل کا تعین کریں

اپنی نگاہیں منزل پر مرکوز رکھیں۔ یہ طے کرنا بہت اہم ہے کہ آپ کا مقصد زندگی کیا ہے....؟ آپ کے ذہن میں کوئی خواہش ضرور ہونا چاہیے۔ کوئی ایسی دلچسپی ہونا چاہیے جس میں اپنی ساری توانائی صرف کر دیں۔ اگر نہیں ہے تو ایسی دلچسپی تلاش کریں۔ اگر زندگی کو با معنی بنانا ہے تو اس میں ایک منزل بھی ہونی چاہیے۔

اپنے ذرائع کو ایک مرکز پر جمع کریں

منزل کا تعین کرنے کے بعد ان تمام ذرائع کے بارے میں سوچیں جو آپ کو میسر ہیں۔ آپ کو اللہ تعالیٰ نے جسمانی صحت عطا کی ہے۔ آپ کو معلوم ہونا چاہیے کہ بہت سے لوگ زندگی کے مختلف چیلنجوں کا سامنا صحت کی کمی کئی خرابیوں کے ساتھ کر رہے ہیں۔

آپ کے پاس صحت مند دماغ ہے۔

ایک بڑی نعمت آپ کی روحانی قوت ہے۔ آپ کو معلوم ہونا چاہیے کہ لاکھوں انسانوں نے روحانیت کی وجہ سے بڑی بڑی مشکلات پر فتح حاصل کر لی۔

کوشش کا آغاز کریں

آنے والی ہر صورت کا ڈٹ کر مقابلہ کرنے کے لیے خود کو تیار کریں۔ اسے فلوٹنگ کی موش کہتے ہیں۔ جس میں آپ کو یہ احساس کرنا ہوگا کہ آپ پیش آنے والی صورتحال سے تیرتے ہوئے گزر کر بادلوں میں اڑ رہے ہیں۔ آپ کسی کی کوشش سے ایسا نہیں کر رہے ہیں بلکہ حالات آپ کو اڑاتے ہوئے لے جا رہے ہیں آپ کو جن حالات کا سامنا ہے ان میں سے ہر ایک ساتھ اسی طرح نمٹیں۔ "زندگی آپ کو اڑا کر لے جا رہی ہے اور آپ اسی طرح اڑتے ہیں۔" اپنی سی ان تھک کوشش کریں لیکن توقع بہت زیادہ نہ رکھیں۔

تقریبات میں دلچسپی لیں

اپنی خود اعتمادی کو بحال کرنے کے لیے ضروری

ہے کہ لوگوں میں گھلیں ملیں اور انہیں سمجھنے کی کوشش کریں۔ ابتداء ان لوگوں سے کریں جن سے آپ آشنا ہیں۔ انہیں اور زیادہ بہتر طریقے سے جاننے کی کوشش کریں۔ زیادہ کوشش یا بات کرنے کی ضرورت نہیں۔ البتہ خود بولنے سے زیادہ سننے پر توجہ مرکوز رکھیں۔ آپ کو یہ دیکھ کر حیرت ہوگی لوگ اپنے کو سنتا دیکھ کر کس قدر خوش ہوں گے۔ بولنے کی نسبت سننے سے زیادہ معلومات حاصل ہوتی ہیں۔ آپ کو یہ بھی احساس ہوگا کہ لوگ کس قدر دلچسپ شخصیت کے مالک ہیں۔ جتنا زیادہ آپ لوگوں کو سمجھتے جائیں گے اسی قدر آپ کی قوت ارادی میں اضافہ ہوتا جائے گا۔

ہمیشہ روشن پہلو مدنظر رکھیں

مستقبل پر نظر رکھیں۔ زندگی محض ایک دائرہ میں گردش کرنے کا نام نہیں بلکہ وہ ہمیں بہت کچھ دیتی ہے۔ آپ کو زندگی کی منزلیں طے کرنی ہیں۔ آپ منزل کی طرف جانے والی سڑک کے ایسے مسافر ہیں جس کی اپنی ایک شخصیت ہے۔

حال سے غافل نہ رہیں

اپنی نظریں اس مقصد حیات پر مرکوز رکھیں جسے آپ نے خود منتخب کیا ہے۔ راستہ میں اتار چڑھاؤ متوقع ہیں۔ ان سے گھبرا کر مایوسی میں مبتلا نہ ہوں نشیب کے بعد فراز بھی آتا ہے۔ ہر روز کا سفر آپ کی قوت ارادی میں مزید اضافے کا سبب بنے گا۔

مستقبل میں جھانکتے رہنا بہت اہم ہے لیکن اتنی ہی اہم بات حال کے حالات سے واقفیت حاصل کرنا ہے۔ حال میں زندہ رہنے سے زندگی کا بوجھ بڑی حد تک کم ہو جاتا ہے۔

آپ اپنے اوپر اعتماد رکھیے۔ آپ کی قوت ارادہ مضبوط ہوگی جس کی مدد سے آپ مشکل حالات پر کنٹرول کر سکیں گے۔

اوپر ذکر کیے گئے آٹھ سیدھے سادے اصولوں کو ہر وقت ذہن میں رکھیں ان پر عمل کرتے ہوئے آپ دیکھیں گے کہ آپ کی خود اعتمادی کتنی تیزی سے بحال ہوتی ہے۔

❄

ڈبل روٹی سے موٹاپا نہیں ہوتا

آسٹریلیا میں کی جانے والی ریسرچ سے پتہ چلا ہے کہ ڈبل روٹی سے موٹاپا نہیں آتا۔ عالمی میڈیا کے مطابق ریسرچ سے پتہ چلا کہ آسٹریلیا کی تینتالیس خواتین وزن کم کرنے کی غرض سے بریڈ کھانے سے پرہیز کرتی ہیں۔ اٹھائیس فیصد خواتین اسے کھانا چاہتی ہیں مگر وزن بڑھ جانے کے خوف سے ایسا نہیں کر پاتیں۔ بیس فیصد ایسی ہیں جو اس کو کھا کر خود کو قصور وار سمجھتی ہیں۔ دنیا کے دیگر ممالک میں بھی ڈبل روٹی کے حوالے سے ایسی ہی سوچ پائی جاتی ہے۔ تاہم اس نئی ریسرچ سے پتہ چلا ہے کہ بریڈ وزن بڑھانے کا بنیادی سبب نہیں ہے۔

صحت مند زندگی

آج دنیا بھر میں علاج معالجہ کے ضمن میں ہزاروں ایسے مختلف متبادل طریقہ علاج موجود ہیں جن میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، پتھر وجواہرات، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج کیا جاتا ہے، اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکوپنکچر، ایکوپریشر، ریفلیکسولوجی، ہپنوتھراپی، شیاتسو، الیگزینڈر تکنیک، آیوروید، فینگ شوئی، تائی چی، آئریڈیولوجی، کائینیسولوجی، مساج، کی کونگ، غرض کہ ایک طویل فہرست ہے، جن کی اہمیت، افادیت اور شفایاب خصوصیات کو جھٹلایا نہیں جاسکتا ہے۔

فینگ شوئی

Feng Shui 風水

فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے گھر کی تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر میں روبہ عمل ہوسکتے ہیں۔ اس سے ذہنی یکسوئی میں اضافہ ہوسکتا ہے اور آمدنی میں نمایاں اضافہ ہوسکتا ہے۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر سلسلہ شروع کیا جارہا ہے۔

دسواں حصہ

سارم گھر میں داخل ہوا تو اس کی چھوٹی بہن ردا ہاتھوں میں مٹھائی کا ڈبہ لئے اس کی طرف دوڑی۔

یہ لو بھائی مٹھائی کھاؤ۔

یہ کس خوشی میں ہے۔ اس نے ایک پوری گلاب جامن منہ میں ڈال لی۔

اندر تو آئیے سب پتہ چل جائے گا۔ ردا اپنی پسند کی مٹھائی ڈھونڈنے لگی۔

ارے کیا ساری خود ہی کھا جاؤ گی۔ سارم کو دی۔ امی نے ردا کو ڈانٹا

ہاں ہاں، کھالی میں نے۔ اب ذرا کوئی بتائے گا بھی کہ یہ مٹھائی کس خوشی میں ہے؟" وہ سوالیہ نظروں سب کی طرف دیکھنے لگا۔

سب کے چہرے سے خوشی کی کرنیں پھوٹ رہیں تھیں۔ مگر کوئی کچھ نہیں بول رہا تھا

پتہ نہیں کیا سرپرائز ہے۔

شابینہ جمیل

اس نے دل ہی دل میں سوچا

میں بتاتا ہوں۔ سامنے سے فرہاد تولیئے سے ہاتھ صاف کرتا ہوا اندر داخل ہوا۔

ارے فرہاد بھائی آپ اتنی جلدی آگئے۔ سارم کو حیرت ہوئی آپ تو نو بجے آتے ہیں اس وقت تو چار بجے ہیں۔

جناب ہم سے ملئے سینئیر منیجر فرہاد حسین اور یہ ہے گاڑی کی چابی۔ فرہاد نے چابی ہوا میں لہراتے ہوئے کہا۔

پروموشن ہوئی ہے پروموشن.... تین سال میں تیسری پروموشن۔ ردا اچھلی

واؤ.... گریٹ نیوز... سارم خوشی سے اچھل پڑا، پھر تو ٹریٹ ہونی چاہیئے۔

جی بالکل ہے۔ آج ہم سب کا ڈنر دی موسٹ ریسپیکٹڈ فرہاد بھائی کی طرف سے ہے۔ حرا سب سے چھوٹی بہن تھوڑا سا جھک کر بولی۔

اچھا تو باہر وہ نئی چمچماتی گاڑی آپ کی ہے؟

جناب ہماری ہے۔ فرہاد نے اپنائیت سے کہا۔

ہاں ہاں بالکل۔ تو پھر باربی کیو چلتے ہیں۔ سارم بولا

نہیں میرا کچھ اٹالین کا موڈ ہے۔ ردا کی فرمائش آئی

تمہارا کیا خیال ہے باربی کیو..... ہے ناں۔ سارم نے حرا کی طرف دیکھا

فرہاد بھائی سے پوچھو جو وہ کہیں گے وہی فائنل۔ حرا بولی

پھر تو گھر میں رک کر امی کے ہاتھ کا آلو گوشت کھانا ہے۔ فرہاد نے شرارت سے کہا

سب کا منہ بن گیا

امی نے دلار سے بیٹے کا منہ چوم لیا۔ جیتا رہے۔ بس ابھی بناتی ہوں وہ سادگی سے بنانے کے لئے اٹھنے لگی۔

ارے ارے کہاں جارہی ہیں میں تو ایسے ہی مذاق کررہا تھا۔ فرہاد نے ماں کی گود میں سر رکھ دیا۔

شکر، تینوں نے سکھ کا سانس لیا۔

تم سب تیار ہوجاؤ ہم باہر نکل کر ڈیسائیڈ کریں گے۔

میں تیار ہو کر آتا ہوں سارم اوپر اپنے کمرے کی جانب چلا گیا۔

وہ شام سب نے خوب انجوائے کی۔

❖❖❖

بھائی مجھے بتایئے ناں کیا چوس کروں کمپیوٹر یا میڈیکل.... حرا، فرہاد سے اپنے مسئلے کا حل پوچھنے لگی۔ وہ اس سال نویں کلاس میں آنے والی تھی اور بہت ایکسائیٹڈ تھی۔

میرے خیال سے میڈیکل لے لو، لڑکیوں کے لئے اچھا ہے۔ سارم نے کہا

کیوں بھائی۔ سارم نے فرہاد کی رائے چاہی

نہیں نہیں میرے خیال میں تم کمپیوٹرز پڑھو اور پھر ایم بی اے۔ اور پھر ملٹی نیشنل میں جاب

ہاں آپ صحیح کہہ رہے ہیں آفٹر آل یو آر جینیس میں تو کمپیوٹرز ہی پڑھوں گیں۔ ویسے بھی میڈیکل پڑھوں گی تو اسارم بھائی کی طرح رل جائوں گی۔ اس نے سارم کو تنگ کرنے کے لئے کہا

سارم کو چھوٹی بہن کا یہ مزاق اچھا نہیں لگا۔ ظاہر ہے وہ اپنے طور سے ہر طرح کی محنت کر رہا تھا۔ پھر بھی اس کی قسمت اس کا ساتھ نہیں دے رہی تھی۔

اور مجھے تو بھائی کی طرح ایم بی اے کر کے ملٹی نیشنل کا ایم ڈی بننا ہے۔ حرا نے ووٹ فرہاد بھائی کے حق میں ڈال دیا تھا۔ سارم حرا کی باتیں سن کر چپ ہو گیا۔ وہ جانتا تھا۔ اس کی جاب کوئی خاص نہ تھی اس لئے وہ ایک ناکام انسان تصور کیا جانے لگا تھا۔ جس کی ہر بات بے وزن سمجھی جاتی تھی۔

❖❖❖

آج سارم جلدی گھر آ گیا تھا

معمول کے مطابق امی ابو کو سلام کر کے اوپر اپنے کمرے میں جانے لگا

بھائی وہاں نہیں، یہاں نیچے ابو کے کمرے میں۔ ردا نے آواز لگائی۔

کیوں بھئی؟

ہاں وہ تمہارا کمرہ نیچے شفٹ کر دیا ہے۔ مجھ سے پوچھے بغیر.... لیکن کیوں....؟ وہ زینے کی جانب بڑھا مگر دالان میں اپنا سامان دیکھ کر چیخ پڑا۔

ارے یہ میرا سامان کیوں یہاں پڑا ہے۔

ارے بھئی صبر سے بات تو سنو۔

اصل میں اوپر کا پورشن فرہاد بنوا رہا ہے۔ بھئی اب وہ سینیئر مینیجر ہے۔ اس کے دوست احباب آتے ہیں تو ذرا اسے پرائیوسی بھی چاہیئے ہو گی۔ اور اسٹیٹس کا بھی سوال ہے۔ اور پھر اچھا ہے کل کو اس کی شادی ہو گی تو اس کے لئے بھی گھر تیار ہو گا۔ ویسے بھی سارا خرچہ فرہاد خود اٹھائے گا۔ ابو نے ساری تفصیل سارم کے کان میں ڈال دی۔

امی یہ کیا بات ہوئی....؟ آپ کو پتہ ہے میرا پسندیدہ کمرہ ہے وہ۔ اس نے ماں کی مدد چاہی۔

ہاں وہ تو ٹھیک ہے۔ جب بن جائے گا تو تمہیں رہنے سے کوئی روکے گا تھوڑی۔ ابو نے کہا

اچھا ہے، تم بھی بڑے بھائی سے کچھ سیکھو، کوئی اچھی نوکری حاصل کر لو۔ اپنے پیسے سے جو بنوانا چاہو بنوا لینا ہم تمہیں نہیں روکیں گے۔

فرہاد کو دیکھو اپنی ذہانت اور محنت سے اس نے

تین سالوں میں کیا مقام حاصل کر لیا اور تم چار سال سے میڈیکل ریپ کی نوکری میں الجھے ہوئے ہو۔ ابو نے لیکچر دے ڈالا۔

وہ خاموشی سے سوٹ کیس اٹھا کر اندر چلا گیا۔

سارم کو کچھ عجیب سی اداسی محسوس ہوئی۔ ایسا نہیں تھا کہ وہ بھائی کی کامیابی سے خوش نہیں تھا۔ مگر اسے شدت سے احساس تھا۔ اس کی میڈیکل ریپ کی نوکری میں اپنا ذاتی خرچہ ہی مشکل سے پورا ہوتا تھا۔ وہ گھر میں کیا دیتا۔ اس کا حصہ نہ ہونے کے برابر تھا۔ گھر والوں نے کبھی اس بات کا احساس تک نہیں دلایا تھا۔ مگر وہ خود بھی ایک اچھی پوسٹ پر جلد سے جلد پہنچنا چاہتا تھا۔ سچ تو یہ ہے کہ اس میں قسمت سے زیادہ حالات کی ستم ظریفی تھی کہ پچھلے چار سال میڈیکل ریپ کی نوکری میں وہ جوتیاں گھس رہا تھا۔ جہاں جاتا تو ویکنسی کا بورڈ اس کا منتظر ہوتا۔ جہاں ویکنسی ہوتی وہاں ریفرینس نہیں ہوتا تھا۔ نتیجے میں وہ گھر میں، دوست احباب میں، خود کو کمتر محسوس کرتا۔ انجانے میں اس کے اپنے اس کا دل دکھا جاتے۔ اور وہ ازسر نو جائزہ لینا شروع کر دیا کہ شاید کسی غلطی کا سدباب اس کے ہاتھ آجائے۔ اس کے بس سوائے شکوے گلے کرنے اور کچھ نہیں بچا تھا۔

❖❖❖

دوستو: کہنے کو تو یہ ایک تمثیلی کہانی ہے مگر ہمارے معاشرے میں مختلف کرداروں کی صورت میں یہ کہانی بہت عام ہوتی جا رہی ہے۔ اس کو سنانے کا مقصد بھی یہی ہے کہ ہم یہ سمجھا سکیں کہ محض نوکری کا حصول جتنا ضروری ہے اتنا ہی ایک اچھی اور اپنی مرضی کی نوکری کا حصول بھی معنی رکھتا ہے۔ ہم سب جانتے ہیں کہ تعلیم حاصل کرنے کے بعد اچھی اور مستحکم نوکری کا حصول ہر فرد کی بنیادی ضرورت ہے اور اس نوکری کا سب سے پہلا مقصد بھی یقیناً معاشی ضروریات کو پورا کرنا ہوتا ہے۔ مگر اس کے علاوہ بھی نوکری ہمارے معاشرے میں مقام کی علامت بن جاتی ہے جسے ہم عام زبان میں سٹیٹس سمبل بھی کہتے ہیں۔ ہم کیا کام کرتے ہیں کس مقام پر ہیں یہ باتیں معاشرے میں ہمارا مقام اور پہچان بنانے میں بنیادی کردار ادا کرتی ہیں۔ اچھی جاب کا حصول فرد کی ذہانت اور ہنر مندی کو بھی ظاہر کرتا ہے۔ یوں تو ذریعہ معاش میں محنت، توجہ، مستقل مزاجی اور دوڑ دھوپ کی سب سے زیادہ اہمیت ہے اور یقیناً اس کا کوئی بھی دوسرا نعم البدل نہیں ہے۔ فینگ شوئی کی تعلیمات بھی دراصل اسی بہتری لانے کے لئے دوڑ دھوپ اور محنت کا نام ہے۔ اس کی تعلیمات ہماری رہنمائی کرتی ہیں کہ کس طرح ہم مختلف سیکٹرز پر کام کر کے اپنے لئے اچھی جاب جو آپ کی مالی، دلی اور معاشرتی ضروریات پوری کر سکے اور آپ کو معاشرے میں اپنی ایک منفرد شناخت بنانے میں مددگار ثابت ہو سکے۔

آیئے اب یہ بات کرتے ہیں کہ فینگ شوئی کی تعلیمات اس سلسلے میں ہماری کیا رہنمائی کرتی ہیں۔

جیسا کہ ہم جان چکے ہیں کہ ہمارے گھر یا کمرے کا جنوب مشرق سیکٹر رزق اور دولت کا سیکٹر ہے۔ اس کے علاوہ بھی چند سیکٹرز ہیں جن پر اچھی نوکری کے حصول اور پروموشن کے لئے توجہ دینی ضروری ہوتی ہے۔ جس میں جنوب مشرق کے ساتھ شمال سیکٹر بھی اہمیت کا حامل ہے۔

❖ .... سب سے پہلے تو یاد رکھیے کہ کیریر کے لئے اپنے

ذاتی کمرے کے پاکو آچارٹ کو خصوصی دھیان میں رکھنا بہت ضروری ہے۔

❖....اس بات کا خیال رکھئے کہ شمال میں مٹی کے عنصر کا کم سے کم استعمال کیجئے۔ کیونکہ مٹی شمال میں گرد کرتی توانائی کے خواص کو زائل کردیتی ہے، جو کہ براہِ راست آپ کے کیریر پر اثرانداز ہوتا ہے۔

❖.... اس سمت میں پانی سے بنی کسی اشیاء کا اضافہ سود مند ثابت ہوتا ہے۔ شمال میں مچھلیوں کا ایکویریم رکھئے۔ اس میں موجود مچھلیوں کا رنگ نیلا ترجیحا نیوی بلیو ہو تو یہ سونے پہ سہاگہ ثابت ہو گا۔

❖.... اگر یہ ممکن نہ ہو تو اس سیکٹر پر ایسی پینٹنگز لگایئے جس میں سمندر یا دریا کا تاثر ابھر رہا ہو۔ اس پانی کا رنگ اگر نیلگوں ہو تو یہ مزید مفید رہے گا۔

❖.... اس کے علاوہ فینگ شوئی اصول کی رو سے شمال میں کسی دیوار پر Horse Shoe جسے عرف عام میں گھوڑے کا نعل بھی کہا جاتا ہے، نصب کیجئے۔ یہ خوش قسمتی کی علامت سمجھا جاتا ہے اور دولت میں اضافے کا باعث بنتا ہے۔ اس کو لگاتے وقت خیال رہے کہ دیوار پر اس کی شکل انگریزی کے حرف U کی طرح ہو ورنہ مفید ثابت نہیں ہو گا۔

❖.... اس سیکٹر میں پودے یا گملے بھی رکھے جاسکتے ہیں۔

❖....اسی طرح جنوب مشرق سیکٹرز کی توانائی کو آپ تازہ پودوں کی موجودگی سے مزید تحریک فراہم کرسکتے ہیں۔

❖.... مرجھائے ہوئے پودوں یا نقلی پودوں کو خصوصی طور پر اس سیکٹر میں ہرگز مت رکھیئے۔

❖.... جنوب مشرق میں کرسٹل کا استعمال ہرگز مت کیجئے۔

❖....اسی طرح شمال مغرب میں اپنے پسندیدہ جاب یا کیرئیر کی پکچر دھات کے بنے فوٹو فریم میں ٹانگیے۔ اس کے علاوہ بھی اس سیکٹر میں دھات کے استعمال کو بہتر بنایئے۔

❖.... فینگ شوئی کے ماہرین بتاتے ہیں کہ آپ کی اپنی خواہشات بھی گرد کرتی چی توانائی پر بہت زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں اس لئے ان تمام تر رہنمائی اور ٹپ سے پہلے ایک بنیادی کام جو آپ نے خود کرنا ہے وہ یہ کہ پہلے آپ خود جان لیجے کہ آخر آپ اپنی زندگی میں کرنا کیا چاہتے ہیں۔

جس وقت اپنی اندرونی خواہش سے واقف ہو جائیں گے آپ کے لیے راہیں ہموار ہوتی چلی جائیں گی۔

(جاری ہے)

رنگوں میں ایسی شفا بخش خاصیت موجود ہے جو کئی طرح کے مریضوں کو صحت فراہم کرتی ہے۔ رنگ ہمارے ذہن اور ہمارے احساسات پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ رنگ باطنی اندھیرے اور جسم کی کثافتیں ختم کرنے کا ذریعہ بھی ہیں۔

رنگ و روشنی سے علاج

زمین پر موجود ہر شئے میں کوئی نہ کوئی رنگ نمایاں ہے، کوئی شئے بے رنگ نہیں ہے۔

کیمیاوی سائنس بتاتی ہے کہ کسی عنصر کو شکست و ریخت سے دوچار کیا جائے تو مخصوص قسم کے رنگ سامنے آتے ہیں۔ رنگوں کی یہ مخصوص ترتیب کسی عنصر کی ایک بنیادی خصوصیت ہے۔ چنانچہ ہر عنصر میں رنگوں کی ترتیب جدا جدا ہے۔ یہی قانون انسانی زندگی میں بھی نافذ ہے۔ انسان کے اندر بھی رنگوں اور لہروں کا ایک مکمل نظام کام کرتا ہے۔

رنگوں اور لہروں کا خاص توازن کے ساتھ عمل کرنا کسی انسان کی صحت کا ضامن ہے۔ اگر رنگوں میں رد و بدل ہو جائے تو انسانی طبیعت میں بھی تبدیلی واقع ہو جاتی ہے۔

جذبات و محسوسات میں رنگوں کا کردار نہایت اہم ہے۔ یہ روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ بری خبر سن کر چہرے کا رنگ زرد پڑ جاتا ہے۔ خوف کے عالم میں چہرے کے رنگ میں تبدیلی آ جاتی ہے۔ غصہ کی حالت میں آنکھیں اور چہرہ سرخی مائل ہو جاتا ہے۔ اگر کسی کمرے کی دیواروں کا رنگ گہرا سرخ ہو تو طبیعت پر بار محسوس ہونے لگتا ہے۔ اگر اسی کمرے کی دیواروں کا رنگ نیلگوں کر دیا جائے تو طبیعت سکون محسوس کرتی ہے۔ سرسبز و شاداب درخت اور رنگ برنگے پھول دیکھ کر ذہنی اور جسمانی تھکن دور

ہو جاتی ہے۔ لیکن یہی پودے جب خزاں میں سبز لباس اتار کر زرد پیراہن اوڑھ لیتے ہیں تو انہیں دیکھ کر محسوسات بدل جاتے ہیں۔

مقصود الحسن اپنی کتاب ''کروموپیتھی'' میں لکھتے ہیں کہ گہرے سانس لینے سے ہمارے جسم میں موجود رنگوں کے تمام مراکز توانائی کی مناسب مقداروں سے سیراب ہوتے ہیں۔ جلدی جلدی سانس لینے سے ایک قسم کی توانائی حاصل ہوتی ہے اور اتھلے اور سطحی اور ناہموار سانس لینے سے توانائی کی پوری مقررہ مقداریں حاصل نہیں ہوسکتیں۔ گہرا اور ہموار سانس لینے سے نہ صرف ایک بہتر قسم کی توانائی حاصل ہوتی ہے بلکہ ہمارے اندر کی کثافتیں بھی تحلیل ہوتی رہتی ہیں۔

اگر کسی کا پیٹ باہر کو نکلا ہوا ہو تو اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ اس کے سانس لینے کا طریقہ درست نہیں ہے۔ اس کی اصل وجہ یہ ہوتی ہے کہ باہر نکالتے وقت سانس اتھلا اور سطحی رہنے سے پیٹ اور سینے کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔ اس صورت حال کو کنٹرول کرنے کا سب سے بہتر طریقہ یہ ہے کہ سانس کو باہر نکالنے کا وقفہ دوگنا کر دیا جائے۔ محض چند ہفتے اس طرح سانس لینے کے طریقہ پر باقاعدگی سے عمل کرنے سے پیٹ کے ڈھیلے اور ڈھلکے ہوئے عضلات واپس اپنی اصلی حالت میں آجاتے ہیں۔

ہمارا سانس ہمارے دونوں نتھنوں سے باری باری، وقفوں سے چلتا ہے۔ کسی وقت سانس دائیں نتھنے سے زیادہ آجا رہا ہوتا ہے اور کسی وقت یہ بائیں نتھنے سے جاری ہوتا ہے۔ سانس کے ساتھ ہمارے نتھنوں سے مختلف رنگ خارج اور جذب ہوتے ہیں۔

سیدھے نتھنے کا تعلق سورج سے اور بائیں نتھنے کا چاند سے تصور کیا جاتا ہے۔ اس طرح ہمارا ایک نتھنا ہم کو سرخ اور نارنجی رنگوں سے گرمی فراہم کرتا ہے تو دوسرا ہمیں نیلا اور بنفشی رنگ فراہم کرنے کا فریضہ ادا کرتا ہے۔ جس وقت سانس ہمارے دونوں نتھنوں سے جاری ہوتا ہے اس وقت ہم زرد اور سبز رنگ زیادہ جذب کر رہے ہوتے ہیں۔

دائیں بائیں نتھنوں سے باری باری سانس لینے سے نہ صرف سانس کی نالیاں صاف ہوتی رہتی ہیں بلکہ خرچ ہونے والے رنگ بھی باری باری جسمانی نظام میں داخل ہو کر ہمارے اعضاء، جلد اور اعصاب کو تقویت فراہم کرتے رہتے ہیں۔

گلے اور سانس کی ایک تکلیف کھانسی (Cough) ہے۔ کھانسی بذات خود کوئی مرض نہیں ہے۔ یہ محض دوسرے امراض کی علامت ہے۔ کھانسی اگر جاری رہے، تو دوسرے امراض پیدا کر دیتی ہے۔ کھانسی دو قسم کی ہوتی ہے۔

❖.... خشک کھانسی۔

❖.... بلغم والی کھانسی۔

خشک کھانسی نئی ہوتی ہے، اور تکلیف سے تھوڑا تھوڑا کچا تھوک آتا ہے، اور بلغم والی تر اور تھوڑا سا کھانسنے سے ہی بلغم نکلتا ہے۔ پرانی کھانسی میں عموماً بلغم ہوتا ہے۔

رنگ و روشنی سے نزلہ و زکام کے علاج کے سلسلے میں حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب اپنی کتاب ''کلر تھراپی'' میں تحریر فرماتے ہیں کہ بچوں، بوڑھوں اور بلغمی مزاج لوگوں کو سردی کے موسم

بقیہ: صفحہ 126 پر ملاحظہ کیجیے

فوبیا

ڈاکٹر نسرین شیخ

یہ ایک بیماری ہے جو خواتین میں مردوں کی نسبت زیادہ پائی جاتی ہے۔ یہ ذہنی پریشانیوں، خوف، ڈر سے ہمارے ذہن میں داخل ہوتی ہے۔ یہ ایک نفسیاتی بیماری ہے۔ فوبیا کی کئی وجوہات ہیں اور اس کی بہت سی شکلیں ہمارے سامنے آئی ہیں۔

نیو جرسی کی رنگرز یونیورسٹی کے پروفیسر ڈاکٹر آرنلڈ لازورس کے پاس ایک دس سالہ بچی کو بغرض علاج لایا گیا۔ وہ نہایت معصوم و خوبصورت بچی تھی۔ وہ گھر سے باہر اور اسکول جانے سے خوفزدہ رہتی تھی۔ ڈاکٹر آرلنڈ نے بچی کے ساتھ طویل نشستیں کیں۔ گفتگو کے دوران ڈاکٹر آرلنڈ کو معلوم ہوا کہ بچپن میں اس کی دیکھ بھال کے لیے جو آیا رکھی گئی تھی وہ ہر وقت بچی کو ڈراتی اور دھمکاتی رہتی۔

اگر تم اچھی بچی نہ بنیں اور شرارتیں کرتی رہیں تو چڑیل تمہیں اٹھا کر لے جائے گی اور اگر گھر سے باہر نکلیں تو بچے پکڑنے والے تمہیں اغوا کر کے لے جائیں گے۔

بچپن میں یہ خوف اس کے ذہن میں بیٹھ گیا اور یوں خود کو بے حد کمزور اور لاچار سمجھنے لگی اور ہر وقت سہمی سہمی رہتی۔ اس کی خود اعتمادی بے طرح مجروح ہو چکی تھی۔ ذرا سی تنقید پر رو پڑتی اور رو رو کر پورے گھر کو پریشان کر دیتی اور پھر ایک دن اس نے ٹیلی ویژن پر دیکھا کہ ہمسائے سے ایک بچہ اغوا ہو گیا ہے اور اب اس نے خوف کے مارے گھر سے نکلنا بالکل بند کر دیا۔ رفتہ رفتہ اس کے فوبیا میں اضافہ ہوتا گیا۔

فوبیا انسانی زندگی پر تباہ کن اثرات مرتب کر سکتا ہے۔ نیویارک کی کورنیل یونیورسٹی میڈیکل کالج کے پروفیسر نفسیات ڈاکٹر ہربرٹ فینسٹر ہائم کہتے ہیں۔ فوبیا جس قدر پیچیدہ ہوتا جائے گا۔ مریض کی زندگی اس قدر تنگ اور قابل رحم ہوگی اور ایک وقت یوں آئے گا کہ اس کی زندگی خود اپنے لیے بوجھ بن جائے گی۔

ایلورو فوبیا یعنی بلیوں کا خوف بادی النظر میں معمولی بلکہ مضحکہ خیز نظر آتا ہے۔ اس خوف کا علاج کروانے کے لیے میرے پاس جتنی بھی خواتین آئیں۔ اس خوف کی وجہ سے ان کی ازدواجی زندگی شدید خطرات میں گھری تھی۔

میں آپ کو ایک ایسے واقعے کے بارے میں باتی ہوں۔ ایک خاتون کے شوہر نے بتایا کہ امتھ نے

ہمیں اپنے ہاں ڈنر، رات کے کھانے پر مدعو کیا۔

میں نے اپنی بیوی سے کہا میں آفس کے بعد تمہیں لے جاؤں گا تم تیار رہنا۔ لیکن جب میں گھر پہنچا تو وہ سہمی ہوئی اپنے کمرے میں بیٹھی تھی۔ مجھے بہت غصہ آیا میں نے اسے سمجھایا کہ میرے کاروبار کی ترقی کے لیے اس سے بہتر تعلقات ناگزیر ہیں۔ بلیوں کے خوف سے رفتہ رفتہ اس نے گھر سے باہر نکلنا ہی ترک کر دیا اور آہستہ آہستہ شوہر اور بیوی کے درمیان ازدواجی تعلقات متاثر ہونے لگے۔ خلیج بڑھتی گئی۔

فوبیا کی وجوہات کیا ہیں....؟

یہ مرض کیونکر ہوتا ہے۔ اس کی وجوہات کیا ہیں اور وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اس مرض کی شدت میں کیوں خطرناک حد تک اضافہ ہوتا چلا جاتا ہے اس کی چند بنیادی وجوہات ہم تحریر کر رہے ہیں۔

بعض افراد کی زندگی میں بنیادی تبدیلیاں اور ذاتی مسائل تکلیف کا باعث بنتے ہیں۔ مثال کے طور پر ملازمت سے علیحدگی، قریبی تعلقات میں بگاڑ، بے اولادی، بے روزگاری کوئی جسمانی خطرناک آپریشن، خاندان میں کسی عزیز کی فوتگی، معاشی اور سماجی عدم تحفظ وغیرہ، فوبیا کے باعث بن سکتے ہیں۔ بسا اوقات یہ وجوہات لڑکپن بچپن سے اس کے اندر پیدا ہونے شروع ہو جاتی ہیں۔ جیسا کہ میں نے آپ کو اس بچی کے بارے میں بتایا ہے جسے بچپن میں خوفزدہ کیا جاتا تھا۔

ایلن ایک تندرست وصحت مند لڑکی ہے وہ ایک آفس میں ملازمت کرتی ہے۔ آفس سے اس کے فلیٹ کا فاصلہ کافی ہے۔ چنانچہ آمدورفت کے لیے زمین دوز ریل استعمال کرتی تھی۔ چند ہفتوں سے دوران سفر وہ اپنے اندر ایک عجیب اور بے نام سی خلش محسوس کر رہی تھی۔ اس نے اپنی بے چینی کے اسباب جاننے کی بہت کوشش کی لیکن اسے کامیابی نہ ہوئی۔

بالآخر ایک صبح جب وہ زمین دوز گاڑی میں اپنے آفس جا رہی تھی اس کی بے چینی اچانک ناقابل بیان خوف میں تبدیل ہوگئی۔

میں اندر گراؤنڈ ٹرین میں ہوں۔ زمین کے نیچے سرنگ کے اندر ٹرین میں گھر چکی ہوں، پھنس کر رہ گئی ہوں۔ اس کے ذہن میں اس قسم کی آوازوں کا ارتعاش تھا اور لمحہ بہ لمحہ اس کے خوف میں اضافہ ہوتا جا رہا تھا۔ اسے چکر آنے لگے اور ذہن سن ہو کر رہ گیا۔ اب اسے سانس لینے میں بھی دشواری محسوس ہونے لگی۔ اسے محسوس ہوا کہ سرنگ گر رہی ہے اور وہ اس میں زندہ دفن ہو کر رہ گئی ہے۔ لمحہ بہ لمحہ اس کی حالت بگڑتی گئی۔

اگلے اسٹاپ پر وہ ٹرین سے اتر بھاگی۔ اس نے ٹیکسی روکی اور اس کی سیٹ پر ڈھیر ہوگئی۔ وہ خوف سے تھر تھر کانپ رہی تھی اور اس کا جسم پسینے سے شرابور ہو رہا تھا۔ اس روز وہ دفتر جانے کے بجائے اپنے گھر آگئی اور اپنے باس کو بتایا کہ خرابی صحت کی بنا پر وہ اس روز دفتر نہ آسکے گی۔ سارا دن وہ خوف اور وسوسوں میں ڈوبی رہی اور رات کو ٹھیک طرح سے سو بھی نہ سکی۔

ظاہر ہے نیند پوری نہ ہونے کے باعث اگلی صبح وہ بے حد تھکی تھکی پژمردہ تھی۔ ابھی وہ دفتر جانے کی تیاری کر رہی تھی کہ خوف نے اسے پھر آن دبوچا۔ ہزار کوشش کے باوجود وہ خود کو دفتر جانے پر آمادہ نہ

کر سکی۔ زمین دوز ریل کا تصور اس کے لیے سوہان روح بن گیا تھا۔ اس نے فیصلہ کرلیا کہ میں یہ ملازمت چھوڑ کر اپنے فلیٹ کے قریب ہی کام تلاش کروں گی یا پھر مجھے موجودہ آفس کے نزدیک ہی اپنی رہائش کا انتظام کرنا ہوگا۔

فوبیا میں مبتلا دیگر افراد کی طرح ایلن نے بھی صورتحال کا مقابلہ کرنے کی بجائے راہ فرار اختیار کرنے کی کوشش کی۔

اس کا مرض بڑھتا گیا وہ کلاسٹر و فوبیا کی مریضہ بن چکی تھی۔ اسے بند مقامات کا خوف کہا جاتا ہے۔

دنیا بھر میں ایلن جیسی ہزاروں مثالیں موجود ہیں۔ ایک محتاط اندازے کے مطابق مختلف ممالک میں کروڑوں افراد کسی نہ کسی قسم کے فوبیا میں مبتلا ہیں جس نے ان کی زندگی اجیرن بنادی ہے۔ فقط امریکہ میں دو کروڑ سے زائد مریض فوبیا میں مبتلا ہیں۔

حیرت انگیز بات ہے کہ اس مرض میں مبتلا بڑی تعداد خواتین کی ہے۔ ان میں بالعموم جانوروں اور کیڑے مکوڑوں کا خوف پایا جاتا ہے۔ مثلاً بلی، چوہے، چھپکلی، لال بیگ دیگر کیڑے مکوڑے۔

ایک صاحب نے بتایا ہے کہ ان کی بہن چھپکلی سے بے حد ڈرتی ہیں، ایک رات وہ اچانک چیخنے لگیں۔ میں نے پوچھا کہ کیا ہوا تو وہ جواب نہ دے پائیں اور چھت کی طرف گھورتی رہیں۔ تب میں نے دیکھا کہ چھت سے ایک چھپکلی چمٹی ہوئی ہے۔ میں نے چھپکلی کو وہاں سے اتار کر جب تک مار نہیں دیا۔ ان کا خوف ختم نہ ہوا۔

امریکہ کی فوبیا سوسائٹی کے صدر ڈاکٹر رابرٹ ڈوپونٹ جو واشگٹن کی جارج ٹاؤن یونیورسٹی کے میڈیکل اسکول کے پروفیسر ہیں۔ کہتے ہیں کہ ان دنوں ایگرو فوبیا کے مریضوں کی تعداد میں حیرت انگیز طور پر اضافہ ہو رہا ہے۔ ایگرو فوبیا کھلی جگہوں کا خوف ہے۔ تاہم اس کے مریض جلد ہی علاج کی طرف متوجہ ہو جاتے ہیں۔ کیونکہ دوسروں کو فوراً ہی ان کے مرض کا علم ہو جاتا ہے اور اپنے رشتہ داروں اور دوستوں کی فہمائش سے وہ علاج کروانے پر آمادہ ہو جاتے ہیں۔

خواتین اس مرض میں زیادہ مبتلا ہیں۔ ماہرین کے مطابق اس کی دو وجوہات ہیں۔

❊.... خاندان اور معاشرے سے خواتین کو ملنے والی تعلیم و تربیت اور ان پر عائد ہونے والی ناروا پابندیاں۔

❊.... خواتین کا جسمانی و ذہنی نظام اور قدرتی ساخت۔

اس ضمن میں ڈاکٹر ڈوپونٹ کہتے ہیں کہ مشرقی گھرانے میں، بعض حالت میں معاشرہ لڑکیوں کو چھوئی موئی کا پودا بنا دیتا ہے۔ انہیں بچپن ہی سے احساس دلایا جاتا ہے کہ وہ نازک ہیں اور مردوں کی مدد کے بغیر ایک قدم بھی زندگی کا فاصلہ طے نہیں کر سکتیں۔ اس طرح ان کی خود اعتمادی مجروح ہوتی ہے اور وہ فوبیا کا انتہائی آسانی سے ہدف بن جاتی ہیں۔

آپ کو چاہیے اپنی خود اعتمادی کو قائم رکھیں۔ آپ زندگی میں ہر بڑے سے بڑا کام کر سکتی ہیں۔ اگر آپ اپنی قوت ارادی اور اعصاب کو صحت مند رکھیں کوئی چیز بھی آپ کو خوفزدہ نہیں کر سکتی۔

اس سے قبل کہ کوئی خوف، کوئی ذہنی الجھنیں آپ کی زندگی میں داخل ہوں آپ اسے اپنی خود

اعتمادی سے شکست دے کر خود بھی بچیں اور دوسروں کو بھی بچائیں۔

❄

بقیہ: رنگ وروشنی سے علاج

میں نزلہ زکام ہو جاتا ہے۔ پسلیوں کے نیچے ہلکا درد ہوتا ہے۔ سانس تنگی سے آتا ہے۔ بار بار کھانسی اٹھتی ہے۔ رات کو سوتے وقت اور صبح کے وقت کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ شروع میں سفید پھر سبز اور آخر میں زردی مائل بلغم خارج ہوتا ہے۔ بعض دفعہ پتلا لیس دار میلے رنگ کا بلغم خارج ہوتا ہے۔ پرہیز کے ساتھ صحیح علاج نہ کیا جائے تو کھانسی مستقل ہو جاتی ہے اور جڑ پکڑ لیتی ہے۔ سردی کے موسم میں کھانسی زیادہ ہوتی ہے۔ گرمی اور خشکی کی وجہ سے ہو تو کھانسی میں بلغم خارج نہیں ہوتا حلق خشک رہتا ہے۔ سینہ پر خراش معلوم ہوتی ہے۔ اس قسم کی کھانسی گرم مزاج لوگوں کو موسم سرما میں زیادہ ہوتی ہے۔ اگر علاج کی طرف سے لاپرواہی کی جائے تو پھیپھڑوں میں زخم بن جاتے ہیں۔

علاج

1۔ خشک کھانسی کے لیے:

نیلا پانی صبح وشام۔

نارنجی شعاعوں کا تیل کمر اور پھیپھڑوں کی جگہ مالش کریں۔

2۔ ترکھانسی کے لیے:

نیلا رنگ پانی صبح وشام۔

نارنجی رنگ پانی صبح وشام کھانے کے بعد۔

نارنجی شعاعوں کا تیل کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ مالش کریں۔

3۔ مزمن کھانسی کے لیے:

نیلا رنگ پانی صبح وشام۔

نارنجی رنگ پانی صبح وشام کھانے کے بعد۔

نیلی شعاعوں کا تیل سینہ پر اور نارنجی تیل کمر پر پھیپھڑوں کی جگہ دن رات میں دو وقت مالش کریں۔

❖

ایسے تمام خواتین و حضرات اور خصوصاً بیرون ممالک کے قارئین کرام جنہیں ای میل کی سہولت حاصل ہے۔ وہ روحانی ینگ رائٹرز کلب، قند سخن، بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارنر Q&A، روحانی سوال وجواب، روحانی ڈاک، محفل مراقبہ اور استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی اٹیچمنٹ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریسز پر اٹیچ کرکے ارسال کرسکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔

سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

گھر کا معالج

جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی اینٹی بائیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے کچن میں بھی موجود ہے۔ کچن ہمارا شفاخانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چند طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے کچن میں بھی موجود ہے۔

فلو، انفلوئنزا ایک ایسی متعدی بیماری ہے جو مختلف صورتوں میں دنیا بھر کے انسانوں کے لیے شدید پریشانی کا سبب بنتی ہے۔ فلو جب بھی وبائی صورت اختیار کرتا ہے، خطرناک صورت اختیار کرلیتا ہے۔ یہ مرض عموماً موسم سرما میں لاحق ہوتا ہے۔

طبی ماہرین کی تحقیق کے مطابق فلو وائرس کی تین اقسام اے، بی اور سی ہیں، ان میں وائرس بی نسبتاً کم تر وبائی صورت اختیار کرتا ہے جبکہ سی وائرس عموماً نزلہ و زکام کا سبب بنتا ہے۔ یہ وائرس اس اعتبار سے خطرناک نہیں ہے کہ یہ مستقل صورت رکھتے ہیں جبکہ وائرس کی قسم "اے" انتہائی خطرناک ہے۔ یہ وائرس جب بھی پھیلتا ہے وسیع آبادی کو فلو زدہ کر دیتا ہے۔ اس وائرس کا پر خطر اور تشویشناک پہلو یہ ہے کہ یہ اپنا روپ بدل لیتا ہے اور کچھ عرصے بعد نئی صورت میں حملہ آور ہوتا ہے۔

فلو، سانس کی نالی میں ہونے والا وائرل انفیکشن ہے۔ اس میں سر درد، بخار، پٹھوں میں درد کے ساتھ کمزوری پیدا ہوتی ہے۔ سردی لگنا، ناک بہنا، قے اور متلی، جوڑوں میں سختی، بھوک ختم ہونا بلغم کے ساتھ یا اس کے بغیر کھانسی، گلے میں درد، پسینہ آنا، ناک سے خون بہنا، دست اور منہ کے ذائقے کا بدلنا فلو کی علامات ہیں۔

پر ہجوم علاقوں میں مقیم افراد پھیپھڑوں اور دل کی کمزوری میں مبتلا افراد فلو کے زیادہ امکانات رکھتے ہیں۔ عمر

رسیدہ افراد کے لیے بھی فلو سے بچاؤ کی خصوصی احتیاط ضروری ہے۔ فلو ہونے کے بعد احتیاط لازمی ہے۔ اس کی علامات عام طور پر سات سے دس دن رہتی ہیں۔ فلو کی تصدیق کے ٹیسٹ موجود ہیں۔ فلو ہونے کے بعد آرام نہ آنے کی صورت میں خصوصاً کھانسی کے ساتھ براؤن یا ہرا بلغم آنے پر ڈاکٹر سے ضرور رجوع کرنا چاہیے۔

❖.... جسم کے مختلف حصوں، ہڈیوں کے ٹوٹنے، درد کرنے، فلو ہونے پر گرم پانی میں لیموں کا رس نچوڑ کر پیتے رہنے سے ان بیماریوں سے محفوظ رہا جا سکتا ہے۔

❖.... فلو سے حفاظت کے لیے تین گرام اجوائن اور تین گرام دال چینی، دونوں کو ابال کر ان کا پانی پئیں۔

بارہ گرام اجوائن، دو کپ پانی میں ابالیں۔ آدھا رہ جانے پر ٹھنڈا کر کے، چھان کر پئیں۔ اس طرح روزانہ چار مرتبہ پینے سے فلو میں جلدی آرام ملتا ہے۔

❖.... تین گرام ادرک یا سونٹھ، سات تلسی کے پتے، سات سیاہ مرچ، تھوڑی سی دال چینی، سب کو دو کپ پانی میں ابال کر چینی ملا کر گرم گرم پینے سے انفلوئنزا، سر درد دور ہو جاتا ہے۔ مرض پھیلنے کے وقت اس کے ذریعے اچھا بچاؤ ہوتا ہے۔

❖.... فلو ہونے پر شہد کے استعمال سے کھانسی سے جلد آرام آتا ہے۔ بخار اور سر درد کم ہوتا ہے۔

❖.... انفلوئنزا ہونے پر دال چینی پانچ گرام، دو لونگ، چوتھائی سونٹھ پیس کر ایک کلو پانی میں ابالیں۔ چوتھائی پانی رہنے پر چھان کر اس پانی کے تین حصے کر کے دن میں تین مرتبہ پئیں۔

❖.... دو چمچ شہد، 200 گرام گرم دودھ، آدھا چمچ میٹھا سوڈا ملا کر صبح اور آدھا چمچ شام کو پلائیں۔ اس سے بہت پسینہ آئے گا۔ پسینے میں ہوا نہ لگنے دیں۔ اس سے فلو جلد ٹھیک ہو جائے گا۔

❖.... فلفل دراز کو پیس کر اس کا پوڈر آدھا چمچ، دو چمچ شہد اور ادرک کے جوس کا آدھا چمچ ملا کر دن میں تین مرتبہ کھلائیے۔ اگر بیماری کے آغاز میں اس کا استعمال شروع کر دیا جائے تو بہت فائدہ پہنچتا ہے۔

❖.... تلسی (نیاز بو یا ریحان) کے سبز پتے ہیں۔ آپ اس کے ایک گرام سبز پتے اور کچھ ادرک (سونٹھ) آدھا لیٹر پانی میں ڈال کر خوب جوش دیں۔ جب یہ پانی آدھا رہ جائے تو چولہے سے اتار لیجیے اور چائے کی طرح نوش کیجیے۔

❖.... لہسن اور ہلدی بھی انفلوئنزا کے لیے مفید ثابت ہوتے ہیں۔ لہسن، جراثیم کش (Antiseptic) خاصیت رکھتا ہے، لہسن کا جوس ناک کے ذریعہ سونگھنا بھی اسی طرح مفید ہے۔ پسی ہوئی ہلدی ایک چمچ کی مقدار میں ایک کپ گرم پانی میں ڈال کر دن میں تین مرتبہ پیجیے۔

احتیاط

فلو، اگر شدید درجے میں ہو تو مریض کو ٹھوس غذا فوری ترک کر دینی چاہیے۔ پھلوں اور سبزیوں کے جوس میں اتنی ہی مقدار میں پانی (یعنی 50:50) ملا کر تین یا پانچ دن تک (مرض کی شدت کے لحاظ سے) استعمال کرتے رہنا چاہیے۔ یہ جوس "فاقہ" ٹمپریچر نارمل ہونے تک جاری رکھیے۔

بخار اتر جانے کے بعد مریض دو تین دن تک صرف فروٹ پر مبنی غذا استعمال کرتا رہے۔ دن میں تین مرتبہ رس بھرے فروٹ یعنی سیب، ناشپاتی، انگور، مالٹے، کینوں، اناس، آلو بخارا اور خربوزہ پانچ پانچ گھنٹے کے وقفے سے کھانا چاہیے۔ کیلے یا بند ڈبوں والے فروٹ نہ لیے جائیں

اس کے بعد دو تین روز کے لیے فروٹ کے ساتھ دودھ شامل کر لیجیے۔ پھر تین بنیادی فوڈ گروپس پر مشتمل متوازن غذا کھانا شروع کیجیے۔ یہ فوڈ گروپ بیجوں، نٹس (بادام، اخروٹ اور مونگ پھلی)، سبزیوں اور پھلوں پر مشتمل ہونے چاہئیں۔ سلاد کے ہمراہ لیموں کا رس بھی شامل کیا جا سکتا ہے۔ الکوحل، تمباکو، تیز پتی والی چائے، کافی، گوشت، زیادہ ابلا ہوا دودھ، دالیں، چاول، پنیر، ڈبہ بند غذائیں لی جائیں۔

❖

اشرف باجی کے ٹوٹکے

مختلف ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ مختلف ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔

محترمہ اشرف سلطانہ برسہابرس سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کوالیفائیڈ طبیبہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجیے۔

پالک کی کڑواہٹ دور کرنا

پالک کی کوئی بھی ڈش پکائیں اس میں اگر بھونتے وقت تھوڑا سا دودھ ڈال کر بھونیں گی تو ذائقہ بھی اچھا ہوگا اور کڑواہٹ بھی نہیں رہے گی۔

بادام کو تازہ رکھنا

باداموں کو زیادہ عرصہ تک خستہ اور تازہ رکھنے کے لیے باداموں میں تھوڑی سی چینی ملا کر ہوا بند ڈبہ میں رکھیں۔

لہسن کے چھلکے اتارنا

لہسن کو رات کو پانی میں بھگوئیں صبح لوہے کی چھلنی میں ڈال کر ہاتھ سے ملیں۔ چھلکے جلدی اتر جائیں گے۔

کلیجی کی بو دور کرنا

کلیجی کو اچھی طرح دھونے کے بعد کلیجی کے ٹکڑوں کو پیالے میں ڈالیں اور آدھا کپ دودھ ڈال کر پندرہ منٹ کے لیے رکھ دیں پھر اس کو چھلنی میں رکھ دیں کچھ دیر بعد پکائیں۔ پک کر کلیجی بہت لذیذ بنے گی اور اس کی جو مخصوص بو ہوتی ہے وہ بھی ختم ہو چکی ہوگی۔

فریج میں چیزوں کو دیر تک تازہ رکھنا

ایک کھلے منہ کی شیشی میں پون کپ میٹھا سوڈا ڈال کر ڈھکن پر چھوٹے چھوٹے سوراخ کرلیں۔ پھر اس کو فریج میں رکھ دیں اس سے پھل سبزیاں اور کھانے پینے کی اشیاء دیر تک تر و تازہ رہیں گی اور فریج سے بو بھی نہیں آئے گی۔

چمک پیدا کرنا

آپ کے آئینے یا شیشے پر اگر داغ دھبے لگ گئے ہوں تو تھوڑا سا ٹوتھ پیسٹ لگائیے اور گیلے کاغذ سے صاف کرتے جائیے۔

موزے صاف کرنا

نیم گرم پانی میں تھوڑا سا ٹوتھ پیسٹ ملائیے اور جھاگ بنا کر بچوں کے گندے موزے بھگو دیں۔ تھوڑی دیر بعد مل کر دھوئیں۔ نہایت صاف ستھرے ہو جائیں گے، اگر ساتھ ہی تھوڑا سا سوڈا ڈال دیا (واشنگ سوڈا) تو مزید اچھا نتیجہ سامنے آئے گا۔

تیل کی سطح پر آنے والا جھاگ ختم کرنا

پکوڑے یا کوئی بھی چیز تلتے وقت اچانک تیل کی سطح پر جھاگ آجاتا ہے ایسے میں پکوڑے وغیرہ نکال کر آنچ تیز کر دیں اور ایک آٹے کا گولہ بنا کر تیل میں ڈال دیں پھر تیل گرم ہونے اور گولہ قدرے سرخ ہونے پر نکال دیں اور پکوڑے تلنے شروع کر دیں۔

کھانے پینے کی اشیاء کو تازہ رکھنا

بسکٹ کے ٹین میں چکنائی جذب کرنے والے کاغذ کا نیا ٹکڑا ڈال کر رکھیں۔ ایسا کرنے سے ڈبے میں موجود کھانے کی تمام اشیاء کافی عرصے تک تازہ اور خستہ رہیں گی۔

دیگچی کی صفائی

اگر دیگچی میں سالن جل جائے تو دیگچی کو صاف کرنے کے لیے دیگچی میں پانی ڈال کر اس میں ایک پیاز ابال لیں۔ ہلکے گرم پانی سے صاف کریں۔ دیگچی صاف ہو جائے گی اور بو بھی نہیں آئے گی۔

قالین سے چائے کے دھبے دور کرنا

قالین پر اگر چائے گر جائے تو فوراً اس جگہ پر پسا ہوا نمک چھڑک دیں۔ خشک ہونے پر برش سے صاف کرلیں۔ چائے کا دھبہ غائب ہو جائے گا۔

پلاسٹک کے برتنوں کو صاف کرنا

پلاسٹک کے برتنوں پر اکثر کالے سے نشان پڑ جاتے ہیں ان کو دور کرنے کے لیے پانی ابالیں اور اس میں واشنگ پاؤڈر اور ساتھ ہی تھوڑی سی پھٹکری ڈال دیں۔ جب پانی گرم ہو جائے تو اس میں گندے برتن ڈال کر اوپر سے ڈھک دیں کچھ دیر کے بعد نکال لیں اور واشنگ پاؤڈر کے ساتھ دھولیں۔ نشان آسانی سے ختم ہو جائیں گے اور برتن چمک اٹھے گا۔

پیاز جلدی چھیلنا

پیاز کو جلدی چھیلنا ہو تو تھوڑا سا کوکنگ آئل مل دیں۔ آسانی سے چھل جائے گی۔

فریز گوشت

گوشت فریزر میں جم جاتا ہے اس کو جلدی نرم کرنے کے لیے پانی میں ایک کھانے کا چمچ سفید سرکہ ڈال دیں۔ گوشت جلدی الگ ہو جائے گا۔

نزلہ و زکام

حکیم عادل اسمٰعیل

سائنسی ترقی کے اس دور میں ہر فرد لگتا ہے کہ مشین بنا ہوا ہے۔ لوگوں کے پاس خود اپنی صحت پر توجہ دینے کے لیے وقت نہیں ہے۔ یہ عدم توجہی ہماری قوتِ مدافعت کو بھی کم کر دیتی ہے۔ آج کئی تکلیفوں کا پھیلاؤ بہت زیادہ ہو گیا ہے، نزلہ زکام بھی انہی تکالیف میں شامل ہیں۔ لوگوں کی اکثریت نزلے و زکام کو معمولی بیماری سمجھ کر نظر انداز کر دیتی ہے۔

نزلہ زکام کو موجودہ دور کی سب سے نقصان دہ بیماری کہا جائے تو کچھ غلط نہ ہوگا۔ طبی ماہرین کے نزدیک نزلے کا بروقت اور مناسب سدِ باب نہ کیا جائے تو یہ کئی موذی اور تکلیف دہ عوارض کو بدنِ انسانی پر مسلط کر کے صحت کو نقصان پہنچا سکتا ہے....

نزلے کے اثرات

مسلسل نزلہ رہنے سے قبل از وقت بالوں کا سفید ہونا عام ہے۔ مسلسل نزلہ زکام قوتِ بصارت میں کمی کا سبب بنتا ہے۔ متواتر گلے میں لیس دار رطوبتوں کے گرتے رہنے سے آواز کی خوبصورتی میں بگاڑ پیدا ہو جاتا ہے۔ آدمی کسی محفل میں پر سکون ہو کر بات کرنے سے قاصر رہنے لگتا ہے۔ ہر وقت کھنکھارتے رہتا ہے۔

دانتوں کا پیلا پن، ورمِ حلق، کانوں کے امراض پیدا ہونا، ناک کے افعال میں نقص واقع ہونا جیسے ناک کے نتھنے بند ہونا، ناک کے ذریعے سانس لینے میں دقت ہونا وغیرہ جیسے مسائل کا باعث بھی دائمی نزلہ ہی بنتا ہے۔ تنفسی امراض میں سے سانس کی نالیوں کا انفیکشن بھی گلے میں بلغمی رطوبتوں کے گرتے رہنے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ بلغمی رطوبت کی وجہ سے معدہ بھی کمزور ہو جاتا ہے۔ آہستہ آہستہ بھوک میں کمی واقع ہونے لگتی ہے۔

نزلے کی اقسام

نزلے کی کئی اقسام ہیں۔ نزلہ بارد، یعنی سردی کی زیادتی سے ہونے والا نزلہ۔ نزلہ حار، یعنی مزاج میں گرمی بڑھ جانے کی وجہ سے نزلے کا لاحق ہونا۔ وبائی نزلہ زکام اکثر و بیشتر موسم بدلتے ہی حملہ آور ہوتا ہے۔ وبائی زکام جسے عرفِ عام میں فلو بھی کہا جاتا ہے، ایک وائرل مرض ہے جو چھوت کی شکل میں ایک فرد سے دوسرے کو منتقل ہوتا ہے۔

علامات

زکام کے حملہ آور ہونے پر ابتداء میں جسم میں ہلکے ہلکے درد کا احساس ہوتا ہے۔ آنکھوں میں سرخی ظاہر ہونے لگتی ہے۔ سر میں بھاری پن اور درد محسوس ہوتا ہے۔ جسم میں سستی اور کمزوری کا غلبہ بڑھنے سے کسی کام کا جی نہیں چاہتا۔ کبھی بخار بھی ہو

جاتا ہے۔ بھوک نہ ہونے کے برابر رہ جاتی ہے۔ پانی کی بار بار طلب تو ہوتی ہے مگر پانی پینے کو جی نہیں چاہتا۔ ناک اور آنکھوں سے پانی اور خراش دار رطوبت بہتی رہتی ہے۔ بار بار پونچھنے کی وجہ سے ناک سرخ ہو جاتی ہے۔ چہرے کی رنگت میں بھی سرخی در آتی ہے۔

وجوہات

جب جسم موسمی تبدیلی کو قبول نہ کر سکے تو رد عمل کے طور پر بعض اوقات زکام کی علامات ظاہر ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ متواتر تیز دھوپ اور گرمی میں کام کرنے سے بھی انسان نزلہ و زکام کی لپیٹ میں آجاتا ہے۔ سگریٹ نوشی بھی نزلہ و زکام کے حملے کی راہ ہموار کرتی ہے۔ گرمیوں میں گرم کھانے کے ساتھ ٹھنڈا یخ پانی پینا، ٹھنڈا پانی پی کر گرم چائے یا کافی و قہوہ وغیرہ کا استعمال کرنا، دھوپ میں سے آتے ہی ٹھنڈے پانی سے نہانا، زیادہ دیر تک ننگے سر دھوپ میں پھرنے سے بھی نزلہ زکام ہو سکتا ہے۔

"احتیاط بہتر ہے علاج سے" کے عالمگیر کلیے پر عمل کرتے ہوئے نزلہ و زکام سمیت کئی دیگر موسمی اور وبائی بیماریوں سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔ موسم کی تبدیلی کے مخصوص وقت سے چند روز قبل ہی اس کی مناسبت سے اپنی غذا، لباس اور رہن سہن میں تبدیلی کر لینی چاہیے۔ شہد، قادرِ مطلق کی ایک نعمت بے بہا ہے۔ اس میں حکیم کائنات نے کمال قوت شفایابی رکھی ہے۔

شہد کا باقاعدہ استعمال بیماریوں کے خلاف بدنِ انسانی کی قوت مدافعت کو مضبوط کرتا ہے۔ موسم کی مناسبت سے اس کا استعمال کیا جائے تو یہ ہمیں کئی خطرناک موسمی امراض کے حملوں سے بچائے رکھتا ہے۔

موسم گرما میں شہد کے دو چمچ سادہ پانی میں حل کرکے اور موسم سرما میں نیم گرم پانی میں ملا کر نہار منہ پینا بے شمار فوائد کا حامل ہے۔ تیز دھوپ میں ننگے سر گھومنے پھرنے سے پرہیز کریں۔ باہر جاتے ہوئے سر اور گردن ڈھانپ کر رکھیں۔ گرمیوں میں باہر سے آتے ہی نہانے اور ٹھنڈا پانی پینے سے اجتناب کریں۔

چند مفید نسخہ جات

گل بنفشہ دس گرام، گل سرخ دس گرام، برگ گاؤزبان دس گرام، اسطوخودوس دس گرام، چھڑ کا بڑ زردہ دس گرام۔

سب اجزا کو باریک پیس کر ہم وزن مصری ملا کر رکھیں۔ تین گرام خوراک دن میں تین مرتبہ سادہ پانی سے استعمال کریں۔ اس سفوف کو ماتقدم کے طور پر بھی استعمال کیا جائے تو کافی حد تک نزلے اور زکام کے حملے سے بچا جا سکتا ہے۔ درج ذیل شربت کا متواتر کئی روز تک استعمال بھی نزلے زکام میں مفید ہے۔ املتاس پندرہ گرام، ملٹھی دس گرام، گاؤزبان دس گرام، سپستاں دس گرام، عناب دس عدد۔

تمام اشیاء کو دو کلو پانی میں پکائیں جب پانی آدھا کلو رہ جائے تو ایک کلو چینی میں قوام بنا کر ٹھنڈا ہونے پر صاف اور خشک بوتل میں محفوظ کر لیں۔ صبح، دوپہر اور شام قبل از غذا دو کھانے کے چمچے پیتے رہیں۔

گندم کے آٹے سے نکالے گئے پھوک کو پانی میں ابال کر اس کی بھاپ لینا بھی نزلہ و زکام سے نجات دلاتا ہے۔

*

چمکدار دانت

چہرے کی خوبصورتی میں دانتوں کا بڑا حصہ ہے۔ صاف شفاف دانت نا صرف جسمانی تندرستی کو بھی برقرار رکھتے ہیں خوبصورتی میں اضافہ کرتے ہیں بلکہ اگر ہم دانتوں کو ہر روز کم از کم دو مرتبہ صاف کریں تو کئی تکالیف سے بچ سکتے ہیں۔ خاص طور پر میٹھا کھانے کے بعد لازمی طور پر دانتوں کو صاف کرنا چاہیے کیونکہ تمام میٹھی چیزوں میں ایک خاص قسم کا بیکٹیریا ہوتا ہے جو لعاب کے ساتھ مل کر تیزابی مادے میں تبدیل ہو جاتا ہے یہ تیزابی مادہ دانتوں کی سطح پر جم کر دانتوں کی قلعی کو کھوکھلا کر دیتا ہے۔

دانتوں کی حفاظت

دانتوں کی صحت مندی اور ان کی خوبصورتی بنائے رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ روزانہ صبح و شام کسی اچھی ٹوتھ پیسٹ سے دانت صاف کیے جائیں زیادہ اچھا تو یہ ہوگا کہ ہر کھانے کے بعد دانت صاف کیے جائیں۔

سارہ اسد

برش کرنے کا طریقہ

دانتوں کو صاف کرنے کے لیے ایسا برش لیں جو نہ زیادہ نرم ہو اور نہ زیادہ سخت ہو۔ برش کرنے کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ آپ برش کی ڈنڈی پکڑیں اور اوپر کے دانتوں کے بیرونی حصے کی صفائی کرتے ہوئے برش کو اوپر سے نیچے حرکت دیں۔

دانتوں کو چمکانے کے لیے گھریلو ٹوٹکے

❖ ....خوبصورتی میں اضافہ کرنے کے لیے دانتوں کو موتیوں کی مانند چمکانے کے لیے برش کو لیموں کے رس میں بھگوئیں اور اس کے بعد سوڈا بائی کاربونیٹ میں ڈبوئیں۔ اب اس برش سے اپنے دانت برش کریں۔ آپ کے دانت موتیوں کی طرح چمکنے لگیں گے۔

❖ .... تیل اور نمک ملا کر دانت صاف کریں۔

❖ ....دانتوں کی پیلاہٹ دور کرنے کے لیے ایک چمچ کھانے والا میٹھا سوڈا، نمک اور سہاگہ لے کر کسی بوتل میں رکھ لیں۔ اس آمیزے سے روزانہ دانت صاف کریں۔

❖ ....دانتوں میں درد ہو تو پیاز کا ٹکڑا درد کی جگہ رکھ دینے سے درد دور ہو جاتا ہے۔

❖ .... سرسوں کا تیل، لیموں کا رس اور سوڈا نمک۔ ان تمام اشیاء کو ملا کر منجن کرنے سے دانت صاف ہو جاتے ہیں۔

❖ ....دانتوں کو چمکدار بنانے کے لیے نیم کی چھال

سے دانت صاف کریں۔

❖.... لیموں کا رس دانتوں پر لگانے سے جما ہوا میل اتر جاتا ہے۔

❖.... پیپل کی مسواک کرنے سے مسوڑھوں کا ورم ٹھیک ہو جاتا ہے۔

❖.... سرکے اور شہد میں پھٹکری ملا کر پکائیں اور گاڑھا کرلیں۔ دانتوں پر صبح شام ملیں۔ دانت مضبوط اور چمکدار ہو جائیں گے۔

❖.... اپنی غذا کا خیال رکھیے اور کوشش کریں کہ آپ کی غذا میں ضروری وٹامن، معدنی اجزاء اور پروٹین کافی مقدار میں شامل ہیں۔

❖.... کچی ترکاریاں، سیب، گنا استعمال کرنے سے مسوڑھوں کی ورزش ہو جاتی ہے۔

❖.... سونے سے قبل دانتوں کی صفائی سے ان کی عمر میں اضافہ ہوتا ہے اور منہ میں بدبو بھی نہیں ہوتی۔

مسوڑوں کی حفاظت

دانتوں اور مسوڑوں سے غذا اور اس کے ہاضمے کا قریبی تعلق ہے۔ مسوڑے دانتوں کے مقابلے میں زیادہ توجہ کے مستحق ہیں۔ اگر مسوڑے کمزور ہو جائیں تو دانت جلدی گر سکتے ہیں۔

مسوڑوں کی حفاظت کے لیے چند گھریلو ٹوٹکے

❖.... شہد کو سرکے میں گھول کر کلیاں کرنے سے مسوڑوں کو مضبوطی ملے گی۔

❖.... حیاتین.... ج مسوڑوں میں عدیہ (انفیکشن) کی مدافعت کے لیے نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔ اس غذائی جزو کی کمی کے باعث مسوڑے نازک اور حساس ہو جاتے ہیں اور ان سے خون رسنے لگتا ہے۔

❖.... ارجن کی چھال کا چھ انچ کا ٹکڑا پانی میں خوب ابال کر پانی چھان لیں۔ اس پانی سے صبح و شام کلیاں کرنے سے دانت مضبوط، چمکدار ہوں گے اور منہ سے بدبو بھی نہیں آئے گی۔

❖.... مسوڑوں کو صحت مند رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ دانتوں کے درمیان اور مسوڑوں کے اطراف میں دوران خون مناسب طریقے پر ہوتا رہے۔

❖.... کھانا کھانے کے بعد لسٹرین کے چند قطرے سادہ پانی میں ملا کر کلیاں کرنے سے دانتوں میں جمع پلاک آہستہ آہستہ نکل جاتا ہے۔

❖.... داڑھ کے درد میں ایک عدد لونگ دھاراچنے کے دانے کے برابر روئی ٹکڑے پر لگا کر داڑھ میں رکھنے سے درد میں افاقہ ہوتا ہے۔

❄

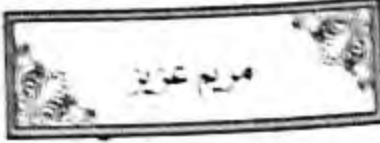
سادہ اور متوازن غذا

امرض سے بچاؤ کا بہترین ذریعہ

مریم عزیز

موجودہ دور میں جہاں نت نئی ایجادات ہو رہی ہیں وہیں بیماریوں اور امراض کا پھیلاؤ بھی بہت زیادہ ہوا۔ سائنس کی وجہ سے ہونے والی تیز رفتاری نظر آتی ہے جس کے اثرات ہماری صحت پر منفی انداز میں ہو رہے ہیں۔ موجودہ دور کے صحت کے مسائل کو دیکھتے ہوئے کچھ عشروں سے ماہرین خوراک میں گوشت کے بجائے سبزیوں کے استعمال کی تلقین کرتے رہے ہیں۔ گوشت میں لحمیات، روغنیات، کیلوریز اور دیگر غذائی اجزاء کے ساتھ بہت زیادہ مقدار میں ہوتے ہیں۔ سہل طرز زندگی اس بہتات کے ساتھ مفید غذائی اجزاء کو مضر صحت بنا رہی ہے۔

جو لوگ سبزی و دال سے بنی ڈشز کے دلدادہ ہیں ایسے لوگوں کی صحت قابل رشک نظر آتی ہے۔

ہمیں ایسی غذائیں استعمال کرنا چاہئیں جو جسم کو درکار ضروری غذائی اجزاء پر مشتمل ہو۔

روزانہ تین وقت کے کھانے میں ایسی صحت بخش ڈشز کا مینو ترتیب دینا چاہیے جو کہ لحمیات، وٹامن، منرلز، آئرن، کیلشیم، وٹامن ڈی، زنک اور کاربوہائیڈریٹس کی بھرپور رسد کا حامل ہونے کے ساتھ ساتھ سیر بخش چکنی ترشے (فیٹی ایسڈز) اور اومیگا 3 فیٹی ایسڈز کے صحت بخش توازن کے حامل بھی ہوں۔

اپنی اور اپنے اہل خانہ کی صحت قائم و دائم رکھنے کے لیے ضروری ہے کہ اپنی فیملی کا ڈیلی فوڈ مینو کچھ اس انداز میں ترتیب دیں جس میں دودھ، دہی، انڈے، مکھن، پنیر، مچھلی، مرغی، بیف، مٹن، سبزیاں، دالیں، اجناس و پھل ایک بہترین و لذت دار توازن میں موجود ہوں۔ آپ یقیناً حیران ہوں گی کہ اتنے سارے غذائی اجزاء کو کس طرح روزانہ معمول کے کھانوں کے ذریعے حاصل کیا جاسکتا ہے....؟

اس کے لیے ہم آپ کو ایک آسان گائیڈ لائن کو بتا رہے ہیں۔

ناشتے میں ذیل میں سے ایک گروپ کو اپنی پسند و سہولت کے مطابق چنیں۔

❖ .... دودھ، توس، مکھن، کوئی بھی موسمی پھل۔

❖.... جوس، ابلا انڈا۔

❖.... چائے / کافی، آملیٹ، اخروٹ۔

دوپہر کے کھانے میں ان میں سے ایک گروپ کو اپنی پسند و سہولت کے مطابق چنیں۔

❖.... سلاد، براؤن بریڈ، دلیہ۔

❖.... سبزیوں کی یخنی، ابلے ہوئے چاول، بھنے ہوئے بادام۔

❖.... چاول، دہی، دال۔

رات کے کھانے میں ان میں سے ایک گروپ کو اپنی پسند و سہولت کے مطابق چنیں۔

❖.... چپاتی، گوشت کا شوربہ، سلاد، سوئیٹ یوگرٹ۔

❖.... کباب، سبزی کی کوئی بھی ڈش، موسمی پھل۔

❖.... پاستا، بیکڈ پوٹیٹو، فش، چاکلیٹ موز۔

سبزیاں اور ہماری صحت

یہ خیال کہ گوشت زیادہ استعمال کرنے والے افراد سبزی خور افراد سے زیادہ طاقتور ہوتے ہیں بالکل غلط ہے۔ آج کل بہت سے نامور کھلاڑی ایسے بھی ہیں کہ جو مکمل طور پر سبزیوں پر مشتمل خوراک استعمال کرتے ہیں اور وہ ایک دم فٹ بھی ہیں۔ اس کے علاوہ چونکہ سبزی پر مشتمل غذا انواع و اقسام ان Synthetic ہارمونز اور دیگر کیمیائی بقایا جات سے محفوظ ہوتی ہے کہ جو گوشت استعمال کرنے والے افراد گوشت کھاتے وقت اپنے جسم میں داخل کر لیتے ہیں۔ اس کے علاوہ سبزی سے حریت خوراک میں Saturated روغنیات کی مقدار بہت کم اور صحت دوست فائبر کی مقدار کافی زیادہ ہوتی ہے۔ لیکن اس کا یہ مطلب بھی ہرگز نہیں ہے کہ گوشت کا استعمال کیا ہی نہ جائے۔ یہ انداز فکر درست نہیں کہ گوشت کا استعمال محض نقصان ہی نقصان اور سبزی کا استعمال فائدہ ہی فائدہ ہے۔

گائے، بھیڑ، مرغی اور مچھلی کے گوشت میں وٹامن اے، ڈی، وٹامن بی 1 بی 3 بی 6، آئرن، فاسفورس، سلفر، زنک، آیوڈین، کرومیم (Chromium) اور سیلینیم (Selenium) جیسے صحت بخش غذائی اجزا پائے جاتے ہیں۔ یہ تمام غذائی اجزا قوت بینائی، ہڈیوں، پٹھوں کی نشو و نما، افزائش نسل اور خون صاف کرکے نیا خون بنانے میں معاونت کرتے ہیں۔

کیا لحمیات مسئلہ ہیں....؟

اگر انڈے، ڈیری مصنوعات یا مچھلی کو خوراک میں شامل کر لیا جائے تو گائے یا بکرے کا گوشت ناپسند کرنے والے افراد بھی ان غذاؤں سے اپنی لحمیات کی ضرورت کو پورا کر سکتے ہیں۔ اگرچہ کہ گوشت لحمیات سے بھرپور غذا ہے لیکن ان کا استعمال اس لیے اعتدال میں استعمال کرنے کی ہدایت کی جاتی ہے۔

Net Protein Utilization (NPU)

اصطلاح غذا میں شامل لحمیات کی مقدار کی اس فیصد کی نشاندہی کرتی ہے کہ جو جسم کے لیے قابل استعمال ہوتی ہے۔ یوں انڈے کی NPU قدر 94 فیصد ہے جبکہ گائے کے دودھ کی 82 فیصد جو کہ گوشت میں شامل لحمیات کی قابل استعمال مقدار 67 فیصد سے زیادہ ہے۔ اس کے علاوہ مچھلی کی NPU 80 فیصد، پنیر 70 فیصد اور توفو 65 فیصد ہے۔ سبزیاں گوشت کی

نسبت زیادہ کوالٹی پروٹین فراہم کرتے ہیں، جو جسم کے لیے بھی قابل قبول ہوتے ہیں اور کارآمد بھی۔

حیوانی لحمیات جس میں گوشت کے ساتھ ساتھ دودھ اور ڈیری مصنوعات بھی شامل ہوتی وہ مکمل لحمیات ہوتے ہیں۔ کیونکہ ان میں تمام امینو ایسڈ جس کی انسانی جسم کو ضرورت ہوتی ہے وہ سب شامل ہوتے ہیں۔ جبکہ سبزیوں میں شامل لحمیات جزوی مکمل ہوتے ہیں۔ اس لیے انہیں زائد مقدار میں کھانے کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ نباتاتی ذرائع استعمال کرتے وقت غذائی امتزاج کا بھی خاص خیال رکھنا پڑتا ہے تاکہ متوازن امینو ایسڈ فراہم ہو سکیں۔ جیسا کہ چار اہم امینو ایسڈز سبزی میں بہت ہی قلیل مقدار میں پائے جاتے ہیں سبزی خوروں کو اس سے متعلق امتزاج کرتے وقت بہت خیال رکھنا پڑتا ہے۔ درج ذیل غذائی امتزاج لحمیات کی ضرورت کو بخوبی پورا کر سکتے ہیں۔

سبزیوں کو انڈے اور ڈیری مصنوعات کے ساتھ ملا کر پکانا چاہیے، جیسے چاول اور دودھ، پنیر سینڈوچ، گاجر کا حلوہ، پاستا اور پنیر، سبزیاں، چیز سوس کے ساتھ۔

وٹامنز اور منرلز کی کمی

چونکہ سبزیوں میں وٹامن اور منرلز کی مقدار ذرا کم ہوتی ہے۔ اس لیے اپنی خوراک میں مناسب مقدار میں گوشت (گائے، مرغی، مچھلی، بھیڑ) اور ڈیری پروڈکٹس پھلوں کا استعمال ضروری ہے۔

آئرن

انڈے آئرن کی فراہمی کا بہترین ذریعہ ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ آئرن سے بھرپور سبزیوں میں بروکلی، خشک خوبانی، انجیر، دالیں اور مغزیات خصوصاً بادام بھی شامل ہیں۔ حیوانی ذرائع سے استعمال کیے جانے والا آئرن بآسانی جسم میں جذب ہو جاتا ہے۔ آئرن سے بھرپور غذاؤں کا امتزاج ایسی غذاؤں کے ساتھ کیا جائے کہ جو وٹامن سی سے بھرپور ہوں جیسے بروکلی اور ٹماٹر کا امتزاج۔ جو خواتین صرف سبزیوں پر گزارا کرتی ہیں انہیں چاہیے کہ وہ گوشت

سے بنی کیلوریز کی حامل غذاؤں کو اپنی یومیہ خوراک کا لازمی حصہ بنائیں ورنہ خون میں آئرن کی کمی انہیں انیمیا (Anemia) کا دائمی مریض بنا دے گی۔

کیلشیم

دودھ، پنیر، ہری سبزیاں، مغز اور پھلیاں وغیرہ سب ہی کیلشیم کے بنیادی ذرائع میں سے ہیں۔ سبزیوں سے مزین خوراک میں کیلشیم کا اضافہ کرنے

کے لیے اناج، دالوں، مغزیات، بیجوں اور خشک پھلوں کو شامل کر کے کیا جاسکتا ہے۔ لیکن چونکہ ریشے سے بھرپور غذائیں کیلشیم کو جسم میں جذب ہونے میں مشکل پیدا کرتی ہیں۔ اس لیے ان مذکورہ بالا غذاؤں کے ساتھ ہری پتے والی سبزیوں اور پھلوں کا انتخاب کریں۔

وٹامن ڈی

کیلشیم کے جذب ہونے کے لیے جسم میں وٹامن ڈی کی موجودگی بہت ضروری ہوتی ہے۔ اگر جسم میں وٹامن ڈی موجود نہیں تو وافر مقدار میں کیلشیم استعمال کرنے کا کوئی فائدہ نہیں۔ ویسے تو جسم خود ہی وٹامن ڈی سورج کی روشنی سے حاصل کر لیتا ہے، لیکن سردیوں میں غذائی ذرائع پر ہی وٹامن ڈی کے حصول کا انحصار ہوتا ہے۔ اس لیے سردیوں میں وٹامن ڈی سے بھرپور غذاؤں کا امتزاج کیلشیم کے حامل غذاؤں کے ساتھ ضروری ہے۔

وٹامن بی12

یہ ایک نہایت ہی اہم وٹامن ہے کہ جو تمام حیوانی ذریعہ خوراک اور ڈیری مصنوعات میں موجود ہوتا ہے۔ وٹامن بی کی کمی انیمیا اور مرکزی اعصابی نظام کی خرابی کا سبب بنتی ہے۔ اس لیے جو افراد باقاعدگی سے گوشت استعمال نہیں کر سکتے ہیں یا اس کی قلیل مقدار ہی استعمال کرتے ہیں ان افراد کو چاہیے کہ اس کمی کو پورا کرنے کے لیے وہ اپنی روٹیوں یا بریڈ میں وٹامن بی سے بھرپور خمیر کا اضافہ کر لیا کریں اور ساتھ ہی سویا ملک کا استعمال کریں۔

زنک

ناخنوں پر سفید دھبے پڑنا، بھوک نہ لگنا، زبان پہ ذائقہ نہ محسوس کر پانا، شب کوری، کمزور نشوونما، زخموں کا جلد مندمل نہ ہو پانا، خشکی سکری، موسمی انفیکشن سے متاثر ہونے والی سوختہ جلد، یہ تمام نشانیاں جسم میں زنک نامی غذائی جز کی بدترین کمی کی جانب اشارہ کرتی ہیں۔

زنک کے حصول کے ذرائع میں تل، انڈا، سمندری غذائیں، سرخ گوشت، سورج مکھی کے بیج، جو، گندم اور ڈیری پروڈکٹس، مغز، پھلیاں اور بیج شامل ہیں۔

متوازن غذا آپ کی اوّلین ترجیح

کیا آپ نے یہ فیصلہ کر لیا ہے کہ آپ متوازن غذا پر مشتمل خوراک کا استعمال کریں گی۔ اگر آپ کا جواب مثبت ہے تو اس کے لیے آہستہ آہستہ اپنی غذائی عادات میں تبدیلی لانا ہوگی اور شروع میں ہفتے کے سات دن میں سے تین یا دو دن سبزی، گوشت، مچھلی و ڈیری پروڈکٹس پر مشتمل سبزی استعمال کریں۔

ہر چیز اعتدال میں مفید رہتی ہے۔ سادگی اپنائیں، سادہ کھائیں اور صحت مند رہیں۔

❄

مچھلی اور اس کا تیل

استعمال کریں
تندرست رہیں

نسرین شاہین

قدرت نے مچھلی کے گوشت میں بے شمار فوائد چھپا رکھے ہیں۔ مچھلی میں ذائقے کے ساتھ ساتھ بہت سی بیماریوں کے لیے شفا بھی رکھی گئی ہے۔ مچھلی کو اپنی غذا میں تواتر سے شامل رکھا جائے تو یہ امراض قلب، ہڈیوں اور جوڑوں کی تکالیف اور شریانوں کے امراض میں مفید ثابت ہوتی ہے۔ ماہرین کے مطابق دماغ کے لیے بھی مچھلی بہت مفید غذا ہے۔ مچھلی کھانے سے فالج کا خطرہ کم ہوتا ہے۔ طبی ماہرین کا کہنا ہے کہ مچھلی کے کھانے سے فالج کا خطرہ چالیس فیصد تک کم ہو جاتا ہے۔ مچھلی میں موجود اومیگا 3 دماغ کے روزمرہ افعال کو نارمل طریقے سے انجام دینے میں بھی مددگار ہے۔ ایک اسٹڈی کے مطابق جو نوجوان لڑکے ہفتے میں ایک سے زائد مرتبہ مچھلی کھاتے ہیں ان میں ذہانت ان نوجوان لڑکوں سے گیارہ فیصد زیادہ ہوتی ہے، جو مچھلی کم کھاتے ہیں۔

اعداد و شمار سے یہ دلچسپ بات سامنے آئی ہے کہ مچھلی کا استعمال ترقی پذیر ممالک میں زیادہ ہے۔ کئی ممالک میں آبادی کے تقریباً چالیس فیصد حصے کا انحصار مچھلی پر ہے اور وہ لوگ اپنی غذائی ضروریات میں لحمیات کا تیس فیصد مچھلی سے ہی حاصل کرتے ہیں۔ اس کے برعکس ترقی یافتہ ممالک میں دس فیصد لوگ لحمیات کی ضروریات کا بیس فیصد مچھلی سے حاصل کرتے ہیں۔

مچھلی کے گوشت میں پندرہ سے بیس فیصد پروٹین پائی جاتی ہے۔ اس میں امینو ایسڈ کی وافر مقدار بھی موجود ہے جو خلیوں کے بننے اور بافتوں (ٹشوز) کی مرمت کے علاوہ جسمانی نشوونما میں بھی اہم کردار ادا کرتا ہے۔ مچھلی کے استعمال سے جسم کا مدافعتی نظام بہتر ہوتا ہے۔ ہماری جسمانی صحت کے لیے آیوڈین کی مناسب مقدار بہت ضروری ہے۔ آیوڈین کے حصول کا بہترین ذریعہ مچھلی ہے۔ نمکین پانی کی مچھلی میں جتنا آیوڈین پایا جاتا ہے جو کسی اور گوشت میں موجود نہیں ہوتا۔ آیوڈین انسانی جسم کے لیے بہت مفید

ہے، اس کی کمی سے جسم میں ہارمونی نظام بری طرح سے متاثر ہوتا ہے اور گلے کے اہم غدود تھائی رائیڈ میں بھی خرابی پیدا ہو سکتی ہے۔ مچھلی کو باقاعدگی سے اپنی غذا کا حصہ بنانے والے ان تکالیف سے بچ سکتے ہیں۔

مچھلی کے گوشت میں وٹامن اے اور وٹامن بی کے علاوہ وٹامن ڈی بھی موجود ہوتا ہے جو ہڈیوں اور دانتوں کے لیے بہت مفید ہے۔ ان وٹامنز کے علاوہ مچھلی کے گوشت میں کیلشیم، فاسفورس، فولاد اور دیگر معدنیات بھی پائے جاتے ہیں۔ ایک تحقیق سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ مچھلی میں موجود اومیگا 3 فیٹی ایسڈ انسانی دماغ اور بینائی کے لیے کسی ٹانک سے کم نہیں۔ مچھلی کا گوشت کھانسی میں ایک دوا کے طور پر بھی کام کرتا ہے۔ اس کے علاوہ مچھلی کا شوربہ آنتوں کے کئی جملہ امراض کے لیے بھی مفید ہے۔ طبی ماہرین کے مطابق ہفتے میں 100 سے 200 گرام مچھلی ضرور کھانی چاہیے۔ اپنی روزمرہ غذا میں مچھلی کو شامل کر لینے سے دل کی بے شمار بیماریوں سے محفوظ رہا جاسکتا ہے اور ساتھ ہی دیگر کئی بیماریوں سے بھی بچاؤ ممکن ہو سکتا ہے۔

مچھلی کا تیل

مچھلی کے گوشت کی طرح مچھلی کا تیل بھی بہت مفید ہے۔ دل کی بیماریوں کے سلسلے میں مچھلی کا تیل مفید بتایا جاتا ہے کیونکہ یہ تیل اومیگا 3 فیٹی ایسڈ کے حصول کے لیے قدرت کا سب سے بڑا ذریعہ ہے جو کہ دل کے لیے بہت مفید ہے۔ اومیگا 3 دل کی دھڑکن کو متوازن کرتا ہے، دل کی شریانوں میں رکاوٹ پیدا کرنے والے ٹرائی گلی سیر ائیڈز کی سطح کو کم کرتا ہے، شریانوں میں مہلک ورم کو ختم کرتا ہے اور بلڈ پریشر میں قابل ذکر کمی کرتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ فیٹی ایسڈ مخصوص اقسام کے کینسر اور گٹھیا کے درد سے بھی حفاظت فراہم کرتے ہیں۔

امراض قلب کے ماہرین کے مطابق عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ دل کی شریانوں میں تنگی پیدا ہو جاتی ہے اور دل اپنی کارکردگی مناسب طریقے سے انجام نہیں دے پاتا، جس سے حرکت قلب بند بھی ہو سکتی ہے، مچھلی کا تیل شریانوں کی صفائی کرتا ہے۔ مچھلی کا تیل سردیوں میں بھی بہت مفید ہے۔ سردیوں میں عام طور پر چائے کے آدھے چمچ تک مچھلی کے تیل کے روزانہ استعمال سے جسم گرم اور جلد ملائم رہتی ہے۔ سردی کے موسم میں جوڑوں کے درد کے لیے بھی مفید ہے۔ اس کے علاوہ ہائی بلڈ پریشر، ذہنی دباؤ، چنبل اور گردے کے امراض میں بھی مفید بتایا جاتا ہے۔

ماہرین کے مطابق جو لوگ باقاعدگی سے مچھلی کا تیل (سپلیمنٹ یا کھانے کی صورت میں) استعمال کرتے ہیں ان میں ڈپریشن کا مسئلہ بہت کم ہوتا ہے۔ اس کی وجہ شاید یہ ہے کہ اومیگا 3 فیٹی ایسڈ ان کیمیائی مادوں کی سطح کو قابو میں رکھتا ہے جو ڈپریشن کے

ہونے سے اہم کردار کے حامل ہوتے ہیں۔ اومیگا 3 دماغ کے ان کیمیائی مادوں کی سطح بھی کم کرنے میں معاون پایا گیا ہے جو اضطراب اور دباؤ پیدا کرتے ہیں۔ اومیگا 3 دماغ کے افعال کو بہترین انداز میں انجام دینے اور یادداشت کو بڑھانے اور تیز کرنے میں بھی قابل ذکر کردار ادا کرتا ہے۔

چونکہ مچھلی زیادہ مقدار میں کھانے سے بھی دل کی بیماریاں پیدا ہونے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ لہٰذا ماہرین سفارش کرتے ہیں کہ بالغ حضرات مچھلی کھائیں اور اس سلسلے میں زیادہ چربی والی مچھلی جیسے سامن، میکرل اور ٹراؤٹ کو فوقیت دیں۔ ماہرین اب اس بارے میں بھی اسٹڈی کر رہے ہیں کہ آیا مچھلی اور مچھلی کا تیل دل کی بیماریوں کے علاوہ دیگر بیماریوں جیسے دمہ اور بانجھ پن کے خلاف بھی مفید ثابت ہو سکتے ہیں لیکن اس امر کا دھیان رکھنا بھی از حد ضروری ہے کہ ان فیٹی ایسڈز اور سپلیمنٹس کی زائد ضرورت مقدار فائدے کی بجائے نقصانات کا باعث بھی بن سکتی ہے اس کے علاوہ حاملہ اور رضاعت کرنے والی مائیں ڈاکٹرز کے مشورے کے مطابق اس کا استعمال کریں۔

زیادہ بہتر یہی ہے کہ مچھلی کھائیں اور ایسی مچھلی کھائیں جس میں پارے کی مقدار کم سے کم ہو۔ روغنیات سے بھرپور مچھلی کھائیں کیونکہ ایسی مچھلی کھانے سے مچھلی کے گوشت کی بھرپور غذائیت بھی حاصل ہوگی اور مچھلی کے تیل کے فوائد بھی۔ مچھلی کا گوشت اور تیل دونوں ہی لذت، صحت اور غذائیت کے حامل ہیں۔

مچھلی اور مچھلی کا تیل استعمال کریں صحت مند رہیں۔

❄

کریلا

کڑوی مگر صحت کی مٹھاس سے بھرپور سبزی....

کشور کنول

''کریلا اور وہ بھی نیم چڑھا'' یہ وہ زبان زد عام ضرب المثل ہے جسے ہمارے یہاں کسی تلخ گو بد دماغ شخص کے لیے استعمال کیا جاتا ہے لیکن اس ضرب المثل میں کریلے کی کڑواہٹ سے فرد کی فطری تلخ گوئی کو اشارہ سمجھانا مقصود ہے ورنہ کریلے ایسی بہترین اور صحت بخش خوبیوں سے بھرپور سبزی کا تعلق کسی بھی فرد کے لہجے کو تلخ کرنے سے قطعی جوڑا نہیں جاسکتا ہے۔

ہمارے ہاں کریلے سے مزیدار ویجی ٹیبل ڈشز تیار کی جاتی ہیں۔ ہلکی سی کڑواہٹ (Edible) اس ڈش کو ایک منفرد ذائقہ عطا کرتی ہے۔ کریلے میں لاتعداد بیماریوں کے لیے شفاء ہے۔ یہ ٹھنڈا، ہلکا اور دست آور ہوتا ہے۔ کریلا استعمال کرتے رہنے سے یرقان بخار، جریان، کف، پیٹ کے کیڑے، پت اور خون کی خرابی جیسے امراض سے شفایابی حاصل ہوتی ہے۔

کریلا کے 100 گرام میں 9.4 فیصد رطوبت، 1.6 فیصد چکنائی، 0.8 فیصد معدنی اجزاء، 0.8 فیصد ریشہ اور 4.2 فیصد کاربوہائیڈریٹس پائے جاتے ہیں۔ اس کے معدنی اور حیاتینی اجزاء میں کیلشیم تیس ملی گرام، فاسفورس ستر ملی گرام، آئرن 1.8 ملی گرام، وٹامن سی اٹھاسی ملی گرام اور معمولی مقدار میں وٹامن بی کمپلیکس شامل ہوتے ہیں۔ کریلے کے 100 گرام قابل خوردنی حصے کی غذائی صلاحیت پچیس کیلوریز ہے۔

نباتاتی دیکھ بھال

بہار کا موسم کریلے کے بیج بونے کے لحاظ سے آئیڈیل قرار دیا جاتا ہے۔ لازمی ہے کہ نم آلوز زرخیز زمین پر اس کے بیج بوئے جائیں جہاں اچھی خاصی دھوپ بھی آتی ہو۔ زمین کے علاوہ کریلے کے بیج گملوں میں بھی بوئے جاسکتے ہیں مگر اس کی دیکھ بھال و نگہداشت پر خاص توجہ دینے کی ضرورت ہوگی.... زمین میں لگائے جانے والے پودوں کی جڑیں اپنی ضرورت کے مطابق پانی اور نمکیات زمین سے حاصل کرلیتی ہیں۔ گملے میں لگائے جانے والے پودوں کی جڑیں مالی یا آپ کی توجہ کی طالب رہتی ہیں۔

اگر آپ گملوں میں کریلے کے بیج بونے کی متمنی ہیں تو کھاد، پانی، مٹی اور دھوپ کی مناسب مقدار پر توجہ دیں۔ بہار کے موسم سے پروان چڑھنے والی کریلے کی بیل میں موسم گرما کے اوائل دنوں میں بیج بونے کے تیس سے پینتیس دن کے بعد ونیلا ایسی خوشبو بکھیرتے چمپائی رنگ کے خوشنما پھول آنے

شروع ہو جاتے ہیں اور جوں جوں موسم گرم ہونا شروع ہو جاتا ہے اس بیل میں ننھے منے گہرے سبز رنگ کے کریلے (بیج بونے کے تقریباً دو ماہ بعد) اپنی بہار دکھانا شروع کر دیتے ہیں۔

کریلے کی دو اقسام بہت مشہور ہیں۔ اس کی ایک قسم وہ ہے جسے بڑا کریلہ کہا جاتا ہے جو موسم گرما کے شروع میں کھانے کے قابل ہو جاتا ہے جبکہ دوسری قسم کو ککوڑے کہا جاتا ہے۔ ان کریلوں کا سائز اول الذکر کریلے کی قسم کے مقابلے میں چھوٹا ہوتا ہے اور یہ برسات کے موسم میں کھانے کے لیے دستیاب ہوتا ہے۔

ذخیرہ کرنا

یوں تو ان ہرے بھرے کریلوں کو اس کی بیل سے توڑنے کے بعد خشک، اندھیری اور سرد جگہ پر کئی دنوں تک محفوظ و قابل استعمال حالت میں رکھا جاسکتا ہے لیکن بہتر ہے کہ انہیں فریج کے سلاد ریک میں رکھیں کہیں ہلکی نمی و گرماہٹ ان کے چمکتے سبز رنگ کو پیلاہٹ میں تبدیل نہ کر دے اور پھر یہ آپ کے کھانے کے قابل نہ رہے۔

طباخی استعمال

ہمارے یہاں اکثر خواتین کریلا پکاتے ہوئے اس کی کڑواہٹ ختم کرنے کی غرض سے کریلے کے کٹے ہوئے قتلوں کو ڈھیروں ڈھیر نمک لگا کر کچھ دیر کے لیے رکھ دیتی ہیں۔ جب کریلوں کا پانی نکل جاتا ہے تو اسے صاف پانی سے دھو کر پکاتی ہیں۔ یہ طریقہ بہت ہی غیر صحت مند ہے اس سے کریلوں میں موجود صحت بخش غذائی اجزاء بشمول نمکیات خارج ہو جاتے ہیں۔ کریلوں کی کڑواہٹ ختم کرنے کی ایک ترکیب یہ ہے کہ اس کی تیاری میں پیاز کی زیادہ مقدار استعمال کریں اور آدھا کلو کریلے کی پکتی ہوئی ہانڈی میں ایک یا آدھا چائے کا چمچ چینی ملا دیں۔

کریلے سے طرح طرح کی ڈشز بشمول کریلا گوشت، چکن کریلا، دال کریلا، کریلے کی بھجیا، اسٹفڈ قیمہ کریلے سے لے کر کریلے کا اچار تک تیار کیا جاتا ہے جسے صحت و تندرستی کے حوالے سے محتاط اور کریلے کی شفاء بخش خصوصیات سے آگاہی رکھنے والے افراد بڑے ذوق و شوق سے استعمال کرتے ہیں۔

طبی استعمال

ذیابیطس: کریلے کو اگر صحت بخش ٹانک کہا جائے تو بے جا نہ ہوگا۔ یہ معدے کے کئی امراض کے لیے ایک مفید دوا، ایک پُر ہضم غذا، گٹھیا، جوڑوں کے جملہ امراض (Rheumatism) نقرس یا چھوٹے جوڑوں کا درد (Gout)، تلی (Spleen) و جگر کے امراض کے لیے ایک بہترین سبزی ہے۔ اس سبزی کے بیج پیٹ کے کیڑے مارنے والی ادویات میں استعمال کیے جاتے ہیں۔

ذیابیطس کے علاج میں حکماء و اطباء کریلے کے بیج، گودے، پتوں یہاں تک کے جڑوں کو بھی ادویات میں استعمال کرتے ہیں۔

یہاں چند امراض کا تذکرہ کیا جا رہا ہے جس میں کریلا مفید پایا گیا ہے۔

کریلا ذیابیطس کے لیے دیسی علاج ہے۔ حالیہ طبی تحقیق کے مطابق اس میں انسولین (Insulin) سے مشابہہ ایک مادہ پایا جاتا ہے۔ اسے نباتاتی انسولین کا نام دیا گیا ہے۔ یہ مادہ خون میں شوگر کی مقدار کو کم

کرتا ہے۔ طبیب شوگر کے مریضوں کو باقاعدگی سے کریلے استعمال کرنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ بہتر نتائج حاصل کرنے کے لیے ذیابیطس کے مریضوں کو چار پانچ کریلوں کا پانی روزانہ صبح نہار منہ پینا چاہیے۔ کریلوں کے بیج سفوف بنا کر غذا میں شامل کرنا بھی بہتر ہے۔ شوگر کے مریض معالج کے مشورے پر کریلوں کو ابال کر اس کا پانی (جوشاندہ) یا اس کا سفوف استعمال کر سکتے ہیں۔

شوگر کے زیدہ تر مریض عموماً ناقص غذایت میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ کریلا چونکہ کئی ضروری معدنی اجزاء اور وٹامنز بالخصوص وٹامن اے، وٹامن بی 1، وٹامن بی2، وٹامن سی اور آئرن (Iron) رکھتا ہے۔ چنانچہ اس کا باقاعدہ استعمال بہت سی پیچیدگیوں سے محفوظ رکھتا ہے جن میں ہائی بلڈ پریشر (High Blood Pressure)، آنکھوں کے امراض، اعصاب کی سوزش اور کاربوہائیڈریٹس کا ہضم نہ ہونا وغیرہ شامل ہیں۔ کریلوں کا استعمال انفیکشن سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔

بواسیر: کریلوں کے تازہ پتوں کا رس بواسیر میں بہت مفید بتایا جاتا ہے۔ چائے کے تین چمچ پتوں کا رس، ایک گلاس میں ڈال کر روزانہ صبح پینا بواسیر کا عارضہ دور کرتا ہے۔ کریلوں کی جڑوں کا پیسٹ بواسیر کے مسّوں پر لگانا بھی مفید بتایا جاتا ہے۔

مصفی خون متعدد امراض جن میں فساد خون سے پھوڑے پھنسیاں نکلنا، خارش تر، چنبل، بھگندر، جلندھر شامل ہیں کریلا بہت کارآمد ہے۔ تازہ کریلوں کا رس پانی ایک کپ ایک چائے کا چمچ لیموں کا رس ملا کر صبح نہار منہ ایک ایک چسکی میں پینا مفید رہتا ہے۔

پرانے امراض میں یہ علاج چار سے چھ ماہ تک جاری رکھنا پڑتا ہے۔ جن علاقوں میں جذام پھیل جائے وہاں کریلوں کا استعمال اس سے تحفظ دیتا ہے۔

سانس کی بیماریاں: کریلے کے پودے کی جڑوں کو قدیم زمانے سے سانس کی بیماریوں کے علاج میں استعمال کیا جا رہا ہے۔ جڑوں کا ملیدہ ایک چائے کا چمچ اسی مقدار میں شہد یا تلسی کے پتوں کا جوس ملا کر ایک ماہ تک روزانہ رات کو پینے سے دمہ، برونکائٹس، زکام، گلے کی سوزش اور ناک کے استر کی سوزش کا عمدہ علاج میسر آتا ہے۔

ہیضہ: موسم گرما میں لاحق ہونے والے ہیضہ اور اسہال کے ابتدائی مرحلوں میں کریلوں کے پتوں کا تازہ جوس شفابخش تاثیر کا حامل ہے۔ چائے کے دو چمچ یہ جوس ہم وزن پیاز کے رس اور ایک چائے کا چمچ لیموں کا رس ملا کر مذکورہ امراض میں دینا مفید ہے۔ اس کے علاوہ یہ صفرا اور بلغم کا مسہل بھی ہے۔ سرد مزاجوں کے معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ پیٹ کے کیڑے مارتا ہے۔

فالج، لقوہ استرخا وجع مفاصل نقرس، ذیابیطس، یرقان، ورم طحال اور کلودھر کو مفید ہے۔ کریلوں کو سایہ میں خشک کر کے سفوف بنا کر دو ماشہ روزانہ کھانا فربہی کم کرتا ہے۔

ایک چھٹانک سے پانچ چھٹانک تک حسب عمر و برداشت طبع کریلے رات کو باہر (آسمان تلے) رکھ دیے جائیں اور صبح بغیر چھلکے اتارے اور بیج نکالے پانی نکال کر پی لینا چاہیے، اس میں وٹامنز، فولاد اور نمکیات وافر مقدار میں ہوتے ہیں۔

❄

ہلدی

خوش ذائقہ صحت بخش

ثمرین شمیم

کچن میں کھانا پکاتے ہوئے آپ کا ہاتھ جل جائے یا سبزی یا پھل کاٹتے ہوئے انگلی کٹ جائے تو فوری طبی امداد کے لیے ہلدی بہترین ہے۔

ہلدی کو ایک مسالے کے طور پر ہزاروں سال سے استعمال کیا جا رہا ہے۔ جڑ کی شکل میں پیدا ہونے والی یہ پیلی نبات اس وقت دنیا بھر کی توجہ کا مرکز بن گئی ہے۔ امریکہ کے ایک ادویاتی ادارے کی جانب سے اسے ایک لاجواب اور کثیر المقاصد بوٹی قرار دیا گیا ہے۔

ہلدی کے پودے پر پہلی نظر پڑتے ہی گمان ہوتا ہے کہ یہ کوئی آرائشی پودا ہے۔ اس کے موٹے اور زرد و سبز رنگت لیے پتے خوبصورت لگتے ہیں۔

نباتاتی زبان میں اس کا نام Curcuma Longa ہے اور اس کا خاندانی Zingiberacceae ہے اور یہی خاندان ادرک کا بھی ہے۔

ہلدی کا پودا تین سے چار فٹ اونچا ہوتا ہے۔ اس کے تنے چھوٹے ہوتے ہیں اس کے پتے، کیلے کے پتوں کے مشابہ ہوتے ہیں، جو دو فٹ سے زیادہ لمبے اور چھ انچ سے زیادہ چوڑے ہوتے ہیں۔ ان میں سے آم کی مانند خوشبو آتی ہے۔ ہلدی کے پودے میں زرد رنگ کے پھول نکلتے ہیں۔ اصل نبات زیر زمین، جڑ کی شکل میں ہوتی ہے، جو گودے دار، موٹی اور سخت ہوتی ہے۔ ان کی اقسام کی مناسبت سے ان کو آدھے گھنٹے سے چھ گھنٹے تک ابالا جاتا ہے۔ اس کے بعد یہ فروخت کے لیے مارکیٹ میں جانے کے لیے تیار ہوتی ہیں۔ ان کو خشک کرکے اور تازہ حالت میں بھی فروخت کیا جاتا ہے۔

ہلدی پاؤڈر میں 69.4 فیصد کاربوہائیڈریٹس، 13.1 فیصد نمی، 6.3 فیصد پروٹین، 5.1 فیصد چکنائی، 3.5 فیصد منرلز اور وٹامن پائے جاتے ہیں۔ ان میں کیلشیم، آئرن، فاسفورس، تھیامین، نیاسین اور کیروٹین شامل ہوتا ہے۔ اس کی حراروی قدر 349 ہے۔

طبی اعتبار سے ہلدی میں ایک نہایت اہم روغنی کرکومائن (Curcumine) پایا جاتا ہے، اس میں لاتعداد اور وسیع معالجاتی خصوصیات موجود ہیں۔ یہ جراثیم کش، دافع ریاح اور پیشاب آور خصوصیات کا حامل ہے۔ اس میں موجود اجزاء کینسر اور صلابتِ شریان (Atherosclerosis) یعنی آنتوں کے سکڑنے کے عمل سے تحفظ فراہم کرتے ہیں۔

ایک تحقیق سے یہ معلوم ہوا ہے کہ ہلدی سے کشید کیے جانے والے نچوڑ میں چربی گھٹانے کی صلاحیت موجود ہے۔ ہلدی میں ضد تکسیدی، جگر کے لیے حفاظتی اور ضد سرطانی عناصر بھی پائے جاتے ہیں۔ یہ بھی مانا جاتا ہے کہ یہ

HIV کے خلاف بھی حفاظت فراہم کرتا ہے۔

مسیحائی خصوصیات

آیوروید کے مطابق ہلدی نظام انہضام کو بہتر بناتی ہے، عفونتوں کے خلاف لڑتی ہے، جگر اور معدے کے مسائل کے لیے مفید ہے اور سوزشی بیماریوں جیسے کہ گنٹھیا (آرتھرائٹس) اور السر اور دیگر پیچیدگیوں جیسے کہ درد، تکالیف، زخم اور جلن وغیرہ میں بھی آرام دیتی ہے۔ ہلدی پیٹ کی جلن بھی کم کرتی ہے۔ زخموں، خراشوں اور ایگزیما میں بھی مفید ہے۔

جلدی بیماریوں کے لیے ہلدی بہت زیادہ اثر انگیز ہے۔ چہرے کی جلد کو صاف، داغ دھبوں سے پاک کرنے میں بھی ہلدی لاجواب ہے۔ سنگھاری اور آرائشی مصنوعات کی جدید صنعت ہلدی پر بہت زیادہ انحصار کرنے لگی ہے۔ کریم، دودھ یا صندل کے ساتھ ہلدی پاؤڈر کا پیسٹ بنا کر چہرے اور جسم کے دیگر حصوں پر لگایا جاتا ہے۔ داد یا خارش وغیرہ کی شکایت میں ہلدی کا رس متاثرہ حصہ پر لگانے سے آرام ملتا ہے۔

ہلدی میں ایک خاص قسم کے پروٹین پائے جاتے ہیں، جو بیماریوں کے خلاف ایک محاذ بناتے ہیں، ایک اور تحقیق کے مطابق ہلدی کا جزو کرکومائن خطرناک اور تیز اثر آرسینک (سنکھیا) کے اثرات کو زائل کرنے میں مفید پایا گیا ہے۔ ہلدی کو کھانے اور جلد پر لگانے کے چند عام طریقہ کار درج ذیل ہیں۔

❖ .... پہلی طبی امداد کے طور پر ہلدی کو جلد کے کٹ جانے یا زخمی ہو جانے کی صورت میں لگایا جاتا ہے۔

❖ .... ہلدی پاؤڈر اور گھی یا تیل کو مکس کرکے ایک لیپ کی صورت دیں اور اس کو قابل برداشت حد تک گرم رکھیں۔ یہ لیپ زخموں، جسم میں اینٹھن، کھنچاؤ اور جوڑوں کی سوزش کے لیے مفید بتایا جاتا ہے۔

❖ .... ہلدی پاؤڈر، ہم وزن مقدار میں صندل پاؤڈر میں ملا دیں۔ اس میں گلاب کے پتے اور کینو کی چھال مکس کرکے کیل مہاسوں، داغ دھبوں اور جھائیوں پر لگائیں۔ کچھ ہی دن میں چہرہ شفاف ہو جائے گا۔

❖ .... ہلدی پاؤڈر، چینی اور آملہ پاؤڈر ہم وزن لے کر کچھ ہفتوں تک دن میں دو مرتبہ لیں۔ یہ شدید خارش کے لیے مفید ہے۔

❖ .... موسم کی تبدیلی کے ساتھ نزلہ، زکام کے زیر اثر آنے والے افراد، بہتی ناک اور کھانسی میں مبتلا لوگوں کو گرم دودھ میں ہلدی اور شہد ملا کر پلانا مفید ہے۔

❖ .... ہلدی کی جڑ کا رس مکھن یا دودھ میں ملا کر پینے سے آنتوں کی صفائی ہوتی ہے۔ یہ ریاحی درد اور دائمی ڈائریا سے بھی نجات دیتا ہے۔

❖ .... پیٹ کے کیڑوں کو دور کرنے کے لیے کچی ہلدی کے رس کے بیس قطرے، ایک چٹکی نمک ملا کر پلانا مفید ہے۔

❖ .... ہلدی جلنے سے اٹھنے والا دھواں ہچکیوں کو روکتا ہے۔

بہر حال! ہماری زندگی کے ایک بڑے حصے پر ہلدی کا قبضہ ہے۔

یہ بار بار اپنے کارنامے دکھاتی ہے۔ انسان کو فائدہ پہنچاتی ہے۔ ہلدی زعفران کا سستا اور بہترین نعم البدل بھی ہے۔ یہ ہمارے کھانوں، رسموں اور روایتوں میں بھی ایک اہم کردار ادا کرتی ہے۔

مشرقی شادیوں میں دولہا اور دولہن کو ابٹن میں ہلدی ملا کر لگانے کی رسم شادی کا لازمی جز ہے۔ ہلدی آسانی سے ہر جگہ دستیاب ہے، تاکید کی جاتی ہے کہ ہلدی کو کم مقدار میں خریدا جائے، تاکہ اس کا ذائقہ بھی برقرار رہے اور اس کے اندر موجود طبی خصوصیات بھی آپ کو فائدہ دیں۔

❄

دسترخوان

فلک ناز

لذیذ اور غذائیت سے بھرپور نت نئی ڈشز کی یہ ترکیبیں آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کردیں گی۔

نہاری اسپیشل

فش نہاری

اشیاء: فش (بغیر کانٹے کی) ڈیڑھ کلو، ہڈیاں ایک کلو، لہسن پسا ہوا دو کھانے کے چمچ، نمک حسب ذائقہ، پیاز تین عدد درمیانی، ثابت کالی مرچیں دس سے بارہ عدد، لال مرچ پسی ہوئی دو کھانے کے چمچ، دھنیا پسا ہوا دو کھانے کے چمچ، سفید زیرہ ایک کھانے کا چمچ، سونف ایک کھانے کا چمچ، بڑی الائچی کے دانے ایک چائے کا چمچ، سونٹھ ایک چائے کا چمچ، دہی ایک پیالی، آٹا آدھی پیالی، کوکنگ آئل ایک پیالی۔

ترکیب: مچھلی کے بڑے ٹکڑے کرکے اس پر ایک کھانے کا چمچ نمک چھڑک دیں۔ دس سے پندرہ منٹ بعد انہیں صاف دھولیں۔

ہڈیوں کو بھی دھولیں اور بڑے سائز کے پین میں ڈال کر اس کے ساتھ ایک پیاز، کالی مرچیں اور دس سے بارہ پیالی پانی ڈال دیں۔ دو سے تین گھنٹے پکانے کے بعد اس کی یخنی چھان لیں۔

سونف، بڑی الائچی کے دانے اور سونٹھ کو باریک پیس لیں، اس میں نمک، لال مرچ، پسا ہوا دھنیا اور زیرہ ملالیں۔

مسالے کے اس مکسچر کا آدھا حصہ لے کر اس سے مچھلی کے ٹکڑوں کو میرینیٹ کریں۔

پھیلے ہوئے پین میں کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کریں اور اس میں میرینیٹ کیے ہوئے مچھلی کے ٹکڑوں کو سنہرا فرائی کرکے نکال لیں۔ اسی پین میں دو باریک کٹی ہوئی پیاز کو سنہری فرائی کریں اور اس میں لہسن ڈال کر ایک سے دو منٹ ہلکا سا فرائی کریں۔ پھر آٹا ڈال کر اچھی طرح خوشبو آنے تک بھونیں۔

اس میں مسالے کا مکسچر اور دہی ڈال کر اتنی دیر بھونیں کہ تیل علیحدہ ہوجائے۔ پھر اس میں فرائی کی ہوئی مچھلی ڈال دیں۔

یخنی ڈال کر ہلکی آنچ پر پانچ سے سات منٹ دم پر رکھ کر چولہے سے اتارلیں۔

مغزنہاری

اشیاء: بڑا گوشت تین کلو، مغز دو عدد، گودے والی ہڈی ایک کلو، سونٹھ دس گرام، سونف دس گرام، زیرہ سیاہ دس گرام، الائچی بڑی دس عدد، لونگ دس عدد، آٹا ایک سو گرام، پیاز تین عدد (درمیانے)، ادرک ساٹھ گرام، نمک اور مرچ حسب ضرورت، ہلدی ایک چمچ، گھی تین پاؤ۔

ترکیب: آدھا گھی کڑکڑائیں اور اس میں پیاز کاٹ کر ڈال دیں۔ پیاز کو سرخ کریں پھر گوشت اور ہڈی ڈال دیں۔ ساتھ ہی سرخ مرچ، نمک،

ہلدی ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر بھونیں۔ سونٹھ، سونف، سیاہ زیرہ، الائچی سبز، لونگ سب کو باریک پیس لیں، جتنا باریک مسالہ ہوگا اتنی ہی مزیدار نہاری ہوگی۔ آٹے میں دو تین کپ پانی ڈال کر اسے خوب حل کریں۔

گوشت بھن جانے کے بعد دیگچی میں آٹا ڈال کر خوب چمچ ہلائیں یہاں تک کہ آٹا گوشت میں پوری طرح جذب ہوجائے اور وہ بھی بھن جائے۔ اب سب پسے ہوئے مسالے ڈال دیں اور مغز بھی ڈال کر دو تین منٹ کے لیے چمچ چلائیں پھر حسب پسند پانی ڈال دیں اور ایک ابال آنے پر دیگچی ڈھک کر اچھی طرح بند کردیں۔ آنچ اتنی ہلکی کردیں کہ گوشت پکتا بھی رہے اور پانی بالکل خشک بھی نہ ہو۔ چھ گھنٹے تک اسی طرح ہلکی آنچ پر پکنے دیں پھر اسے کھولیں۔ اب ادرک کاٹ کر گھی میں کڑکڑائیں، کچھ ادرک نہاری میں ڈالیں اور گھی نہاری پر ڈال دیں۔

بڑے گوشت کی خاص نہاری

اشیاء: بڑا گوشت تین کلو، نلیاں دو عدد، بکرے کے پائے دو عدد، بکرے کے مغز دو عدد، سونف ایک چٹکی، کالا زیرہ ایک چٹکی، چھوٹی الائچی سات عدد، لونگ تین عدد، پیاز دو عدد، نمک، مرچ، ہلدی حسب ذائقہ، گھی ڈیڑھ پاؤ، ہلدی دو چٹکی، سونٹھ تھوڑی سی، آٹا حسب ضرورت۔

ترکیب: پیاز کے لچھے کاٹ لیں، پھر دیگچے میں آدھا گھی کڑکڑایئے اور لچھے سرخ کرنے کے بعد گوشت، پائے، نلیاں مع نمک مرچ اور ہلدی ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر بھونیں۔ سونٹھ، سونف، کالا زیرہ، چھوٹی الائچی اور لونگ ملا کر بہت باریک پیس لیں۔ آٹا پیالی میں گھول کر رکھ لیں۔ جب دیکھیں کہ گوشت اچھی طرح بھن گیا ہے تو یہ آٹا اس پر ڈال کر کفگیر سے ملا دیں۔ اب پسے ہوئے مسالے پتیلی میں ڈالیں پھر مغز بھی ڈال دیں۔ چند منٹ تک کفگیر چلاتے رہیں پھر پانی ڈال کر اسے پکنے دیں۔ جب ایک جوش آجائے تو دیگچی کا منہ بند کردیں اور آنچ ہلکی رکھیں۔ نہاری آٹھ گھنٹے پکنے کے بعد تیار ہوگی۔ پانی اتنا ڈالیں کہ بالکل خشک نہ ہوجائے اور آنچ بہت دھیمی رکھیں۔

بونگ پائے کی نہاری

اشیاء: گوشت 300 گرام، نلیاں چار عدد، پائے دو عدد، سرخ مرچ 100 گرام، دھنیا پچاس گرام، پیاز 250 گرام، لہسن چالیس گرام، ہلدی نو گرام، نمک حسب ذائقہ، گھی 500 گرام، دہی 500 گرام، آٹا ستر گرام، ادرک بیس گرام، ہری مرچ پچاس گرام، گرم مسالہ دس گرام، لیموں چھ عدد۔

ترکیب: ایک پتیلی میں پانی ڈال کر پائے گلانے کے لیے رکھ دیں۔ گوشت لیموں کے پانی سے خوب اچھی طرح دھولیجیے۔ سرخ مرچ دھنیا اور آدھی پیاز ڈال کر لہسن کے جوئے، ہلدی اور نمک کو پانی میں پیس کر مسالہ تیار کر لیجیے۔ اب آدھا گھی چولہے پر رکھ کر کڑکڑائیں اور باقی پیاز کے لچھے تیل میں لال کر کے نکال لیجیے۔ پھر اس گھی میں آدھا مسالہ، گوشت اور نلیاں ڈال کر چند منٹ تک بھونیے۔ اس کے بعد پتیلی ڈھانک کر پکنے دیں۔ (یاد رہے کہ اس میں پانی نہیں ڈالا جاتا کیونکہ گوشت پانی خود چھوڑتا ہے) جب اس کا پانی خشک ہوجائے تو لال کی ہوئی پیاز پیس کر دہی اور آٹے سمیت پتیلی میں ڈال کر خوب بھونیے اس کے بعد پانی بقدر شوربا ڈال کر پتیلی کا منہ آٹے سے بند کردیں۔ دو گھنٹے تک پکایئے پھر پتیلی کھولیے اور آٹا پانی میں گھول کر اس میں ڈالیں اور تیز آنچ پر جوش دیں جب شوربہ گاڑھا ہوجائے تو باقی آدھا گھی کا بگھار دے دیجیے اور پتیلی چولہے سے اُتار کر کتری ہوئی ادرک اور ہری مرچ اور پسا ہوا گرم مسالہ چھڑکنے کے بعد اوپر سے لیموں نچوڑ دیجیے۔

❄

آپ کے حسن کا راز

ماسک

ردا جبار

چہرے پر ہربل یا کسی اور طرح کے کلینزر ماسک کے استعمال سے نا صرف خون کی گردش بہتر ہو جاتی ہے بلکہ چہرے کے پٹھے صحت مند ہوتے ہیں اور جلد کی لچک برقرار رہتی ہے۔

اچھے ماسک کی وجہ سے چہرے کی جلد میں مسام سکڑ کر جلد کو رعنائی بخشتے ہیں۔ بعض بیوٹیشن کا کہنا ہے ہفتے میں کم از کم ایک مرتبہ چہرے پر مختلف پھولوں اور سبزیوں میں سے کسی ایک کا ماسک لگانے سے آپ کا چہرہ تروتازہ اور نرم وملائم رہتا ہے۔

ماسک کی اقسام

عام طور پر ماسک تین قسم کے ہوتے ہیں۔

❁ .... پھلوں کا ماسک۔

❁ .... سبزیوں کا ماسک۔

❁ .... ملتانی مٹی کا ماسک۔

ماسک کا استعمال کچھ زیادہ مشکل نہیں۔ دو تین مرتبہ ماسک استعمال کرنے کے بعد عموماً خواتین ماسک لگانے کی کسی مدد کے بغیر اس کام کو خود انجام دینے کے قابل ہو جاتی ہیں۔

ماسک استعمال کرنے کا طریقہ

❁ .... سب سے پہلے کسی اچھے صابن سے منہ دھو کر خشک کریں۔

❁ .... اپنے بالوں کو ہیئر بینڈ یا کسی اسکارف سے باندھ لیں۔

❁ .... چہرے پر نقطوں کی صورت میں کلینزنگ کریم لگائیں۔

❁ .... ماسک ہمیشہ غسل کرنے سے پہلے لیا جائے تاکہ جب آپ ماسک کے بعد غسل کر کے نکلیں تو آپ کا چہرہ اور جسم دونوں تروتازہ ہوں۔

❁ .... ماسک سے دس منٹ پہلے چہرے پر دودھ لگائیں۔ دس منٹ بعد روئی کے ٹکڑے کو نیم گرم پانی میں بھگو کر اس سے چہرے کو اچھی طرح صاف کریں اس کے بعد ٹشو پیپر سے چہرے کو اچھی طرح خشک کر لیں۔

ماسک کی کئی اقسام ہیں۔ یہ بازار سے تیار شدہ بھی مل جاتے ہیں اور انہیں گھر پر بھی باآسانی تیار کیا

جا سکتا ہے۔ ہم آپ کو بعض آسان مگر فائدہ مند ماسک تیار کرنے کے طریقے بتاتے ہیں۔ مطلوبہ پھل، سبزیاں اور دوسرے اجزاء عمدہ کوالٹی کے لیں اور انہیں استعمال کرنے سے قبل اچھی طرح دھو کر سکھا لیں پھر انہیں صاف ستھرے برتن میں اسٹور کریں۔ بیشتر پیسٹ فریج کے اندر دو ہفتوں تک آسانی سے رکھے جاسکتے ہیں۔ بہتر یہی ہے کہ ہر مرتبہ تازہ ماسک استعمال کریں۔

ماسک لگانے کا طریقہ

ماسک لینے سے دس منٹ پہلے چہرے پر دودھ لگائیں۔ دس منٹ بعد روئی کے پھائے کو نیم گرم پانی مں بھگو کر اس سے چہرے کو اچھی طرح صاف کریں۔ اب تولیے یا ٹشو پیپر سے چہرہ خشک کرلیں۔ ماسک شروع میں پیشانی اور رخساروں کے اطراف میں لگائیں۔ دوسرے مرحلے میں چہرے کے جو حصے باقی رہ گئے ہیں ان پر اچھی طرح ماسک لگائیں۔ یہاں تک کہ ماسک آپ کا پورا چہرہ ڈھانپ لے۔ صرف آنکھیں اور ہونٹوں کے ارد گرد کی جلد صاف کرلیں۔ یاد رہے کہ ماسک لگانے سے پہلے اپنے بالوں کو سیفٹی پن سے باندھ لیں۔ ماسک گردن پر بھی لگائیں۔

ماسک پندرہ منٹ لگا رہنے دیں۔ اس دوران آنکھیں بند کرکے کم از کم دو منٹ کے لیے سیدھی لیٹ جائیں یا آرام دہ کرسی پر نیم دراز ہو کر کوئی ہلکی پھلکی تحریر یا رسالہ پڑھیں مگر اعصاب پر بوجھ قطعاً نہ ڈالیں۔ ماسک لگانے کے بعد جلد اور اعصاب کو نہایت سکون کی ضرورت ہوتی ہے۔ یا اس دوران عرق گلاب میں روئی کے پیڈ بھگو کر آنکھوں پر رکھنے سے آنکھوں کی تھکن بھی دور ہو جائے گی۔

ماسک اتارنے کا طریقہ

آپ نے ماسک کے طور پر جو شے بھی اپنے چہرے پر لگائی ہے وہ چند منٹوں کے بعد خشک ہو جائے گی۔ اب روئی کے ٹکڑے کو نیم گرم پانی میں بھگو کر گردن اور چہرے سے ماسک کو اچھی طرح صاف کریں۔ اس کے بعد اپنا چہرہ صاف پانی سے دھو کر کسی نرم تولیے سے خشک کرلیں۔ جب چہرہ خشک ہو جائے تو اسکن ٹانک کا استعمال کیجیے یا عرق گلاب لے کر اسے روئی میں بھگو کر چہرے اور گردن پر نرمی سے لگائیں۔ تھوڑی دیر بعد چہرہ نیم گرم پانی سے دھو لیں۔ خیال رہے کہ ماسک اتارنے کے لیے بہت زیادہ ٹھنڈا پانی استعمال نہ کریں۔ ماسک اتارنے کے فوراً بعد میک اپ نہ کریں۔ بہتر یہی ہے کہ ماسک اتارنے کے بعد کم از کم ایک یا ڈیڑھ گھنٹے کا وقفہ ضرور رکھیں۔ اس کے بعد فاؤنڈیشن پاؤڈر لگائیں۔

ماسک لگانے کے بعد جلد کچھ کھنچنے لگتی ہے۔ اس سے فکرمند نہ ہوں۔

انڈے کا ماسک

یہ ماسک نارمل اور چکنی جلد والے چہرے کے لیے نہایت مفید ہے۔ لیکن اگر آپ کی جلد خشک ہے تو اس آمیزے میں عرق گلاب کی جگہ تھوڑی سے گلیسرین ملا لیں۔

اشیاء: انڈے کی سفیدی ایک عدد، خالص شہد ایک چائے کا چمچ، عرق گلاب دو سے تین قطرے۔

ترکیب: انڈے کی سفیدی، شہد اور دو تین قطرے عرق گلاب کو اس قدر پھینٹیں کہ اس میں جھاگ نکلنے لگے۔ حسب ہدایت یہ ماسک چہرے پر لگائیں۔

چکنی جلد کے لیے

کیلے کا ماسک

اشیاء: عرق گلاب پانچ چمچ، ہلدی ایک چمچ، میدہ تین چائے کے چمچ، بیسن تین چائے کے چمچ، دار چینی (پسی ہوئی) ایک چمچ۔

ترکیب: اوپر دی گئی تمام اشیاء کو ملا کر اچھی طرح مکس کر لیں۔

استعمال کرنے سے پہلے پانی ملا کر لئی سی بنالیں اور اس میں دو دو قطرے لیموں کا رس اور دو قطرے روغن چنبیلی ملالیں۔

دن میں دو مرتبہ منہ دھوئیں لیکن تولیے سے خشک نہ کریں۔ جب آپ کا چہرہ ہوا سے خشک ہو جائے تو پسی ہوئی سیپ کو لیموں کے عرق میں ملا کر اسٹر نجنٹ کے طور پر لگائیں۔

چکنی جلد کے لیے آلو کا ماسک

اشیاء: آلو حسب ضرورت، دودھ حسب ضرورت۔

ترکیب: چکنی جلد کے لیے آلو ابال کر باریک پیس لیں۔ ذرا سا دودھ آلوؤں میں ملا کر چہرے پر لیپ کریں۔

خشک جلد کے لیے ماسک

اشیاء: مالٹے کا رس دو چمچ، تربوز کا رس دو چمچ، سیب کا پیسٹ دو چمچ، آٹے کی بھوسی (جو کا پاؤڈر ملا کر) دو چمچ۔

ترکیب: مالٹے کا رس، تربوز کا رس، سیب کا پیسٹ، آٹے کی بھوسی سب اشیاء کو آپس میں ملا کر اچھی طرح مکس کریں اور ایک پیسٹ سا بنالیں۔ رات کو چہرے پر اچھی طرح لگائیں۔ خشک ہونے پر تازہ پانی سے چہرے کو اچھی طرح دھولیں۔

جن لوگوں کی جلد خشک ہو اور وہ جو کا ماسک استعمال کرنا چاہتے ہیں تو ایسے لوگوں کو چاہیے کہ وہ جو کے ساتھ مکھن کا پانی استعمال کریں۔

اس خشک جلد کے لیے ماسک تیار کرنے کی خاطر ان ماسک میں روغن بادام اور بالائی شامل کردیں۔

نارمل جلد کے لیے ماسک

اشیاء: ملتانی مٹی (پسی ہوئی) ایک پیالی، ہلدی ایک کھانے کا چمچ، زیتون کا تیل چار سے پانچ قطرے، اسکن ٹانک چند قطرے۔

ترکیب: ایک پیالی میں پسی ہوئی ملتانی مٹی میں ہلدی ایک چمچ کھانے کا ملا کر چار سے پانچ قطرے زیتون کے تیل اور چند قطرے اسکن ٹانک کے ڈالیں۔

ان سب چیزوں کو اچھی طرح ملا کر چہرے پر پندرہ منٹ لگائیں اور پھر دھولیں۔ یہ نارمل جلد کے لیے ایک اچھا ماسک ہے۔

چھائیوں کے لیے ماسک

یہ ماسک چہرے کے داغ دھبے دور کرنے اور رنگت صاف کرنے کے لیے مفید ہے۔

اشیاء: سیپ (پسی ہوئی) ایک چھوٹا چمچ، لیموں کا رس ایک چوتھائی چمچ، عرق گلاب ایک چھوٹا چمچ۔

ترکیب: ان تمام اجزاء کو اچھی طرح مکس کر کے آمیزہ سا بنالیں۔

اس آمیزے کو چہرے پر رات کے وقت لگائیں۔ دس منٹ کے بعد چہرہ دھولیں۔

❄

انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

"جسم کے عجائبات" کے عنوان سے محمد علی سید صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبانی قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید

میں آپ کے جسم میں موجود کھرب ہا کھرب خلیوں کی اس رفتار کا تعین کرتا ہوں جس رفتار سے وہ غذا سے حاصل ہونے والے ایندھن کو توانائی میں تبدیل کرتے ہیں۔ میرے احکامات کے مطابق وہ اس توانائی کو بھڑکتے شعلوں میں بھی تبدیل کر سکتے ہیں اور اسے اسٹور بھی کر سکتے ہیں۔

(گزشتہ سے پیوستہ)

آپ تصور ہی نہیں کر سکتے کہ اس سلسلے میں کتنے اعضاء، غدود، خلیوں، اعصاب، صلاحیتوں، کیمیکلز، معدنیات اور غذائی اجزاء نے حصہ لیا۔ اگر ان میں سے کوئی ایک بھی اپنے فرائض سے روگردانی کرتا تو آپ اخروٹ تو کیا سونف کے دانے کو بھی دانتوں سے کچلنے کے قابل نہ ہوتے۔

توانائی کی مقدار جیسے ہی ضرورت زیادہ ہوتی ہے تو ایئر کنڈیشنرز کے تھرموسٹیٹ کی طرح پچوٹری گلینڈ کی جانب سے ہارمون آنا خود بخود بند ہو جاتے ہیں۔ اس کی وجہ سے میں بھی خون میں ہارمون شامل کرنا بند کر دیتا ہوں۔ اس کے ساتھ ہی خلیوں میں موجود لاکھوں کھرب توانائی گھروں میں توانائی کی پیداوار معمول پر آ جاتی ہے۔

اپنے جسم میں موجود توانائی کی پیداوار، نیٹ ورک، فراہمی، کنٹرول اور مانیٹرنگ کے اس پراسرار، پیچیدہ اور حیات آفریں نظام کے بارے میں پہلے شاید ہی کبھی آپ نے سوچا ہو۔ حالانکہ یہ نظام

اس وقت سے کام کر رہا ہے جب ابھی آپ ماں کے پیٹ میں "زیر تعمیر" تھے۔

یہ حیات آفریں نظام اپنے بنانے والے کی ہدایت سے ذرا سا ادھر ادھر نہیں ہوتا۔ اگر یہ نظام عمر کے کسی بھی حصے میں چند منٹوں کے لیے بھی "ہدایت" کے برعکس عمل انجام دے تو آپ کا جسم کسی بڑے حادثے سے دوچار ہو چکا ہوتا۔ اس لیے کہ جسم کی دنیا میں "لوڈشیڈنگ" کا کوئی تصور نہیں ہے۔ یہاں چند لمحوں کے لیے بھی لوڈشیڈنگ ہو جائے تو اس کا کم سے کم نتیجہ معذوری ہے یا موت۔

اب آپ ایک لمحے کو تصور کریں کہ صرف ایک یہ نظام ہی سارے دن میں کتنی مرتبہ آپ کے کام آتا ہے۔ آپ ظاہری کاموں میں بھی اس کی مدد کا اندازہ شاید ہی کر سکیں۔ جو خدمات یہ نظام جسم کے اندرونی علاقوں میں موجود پیچیدہ مشینوں اور نادر و نایاب آلات مثلاً دماغ، دل، پھیپھڑوں، گردوں، مثانے، آنکھوں، کانوں، بیشمار اعصاب، لاتعداد رگوں اور پٹھوں کو چوبیس گھنٹے خاموشی سے فراہم کرتا رہتا ہے اس کا تصور کرنا کسی بھی انسان کے لیے ناممکن ہے۔

آپ نے دیکھا کہ میں اعصاب اور کیمیکلز (ہارمونز) کے زیر اثر کام کرتا ہوں۔ اعصابی دباؤ میرے لیے شدید نقصان دہ ہے۔ کسی قریبی عزیز کی موت کا صدمہ، کاروبار میں نقصان، خطرناک حادثہ، بڑا آپریشن، الجھنیں، شدید احساس جرم، جذبہ انتقام، غصہ، نفرت، حسد، مایوسی ان میں سے ایک یا چند ایک کو آپ اپنے دماغ پر مسلسل طاری رکھیں تو بہت جلد آپ کے جسم کے اندر واقعات و حادثات کا ایک نہ ختم ہونے والا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔

یہ چین ری ایکشن بے شمار پیچیدگیاں پیدا کرتا ہے۔ میں بار بار ہائی پوتھیلیمس کو متحرک کرتا ہوں ہائی پوتھیلیمس پچوٹری گلینڈ کو متحرک کرتا ہے۔ پچوٹری گلینڈ اسی تناسب سے مجھے بار بار ہارمونز جاری کرتا ہے۔ میں اس کے رد عمل میں کھرب ہا کھرب خلیوں کے لاکھوں کھرب بجلی گھروں کو ہر وقت آن رکھتا ہوں اور یہ خلیے جسم میں موجود ایندھن کے سوا کل کو اتنی تیزی سے خرچ کرتے ہیں کہ جسم بیرونی ذرائع سے اس قدر تیزی سے کام مال حاصل نہیں کر پاتا۔ ایندھن کی شدید قلت پیدا ہوتے ہی خطرے کا الارم بجنے لگتا ہے۔ کبھی ایک علاقے کے توانائی گھر بند ہو جاتے ہیں، کبھی دوسرے علاقے کے اور پھر اچانک ہی کسی دن مکمل "بلیک آؤٹ" ہو جاتا۔ جسم کی تمام حساس تنصیبات پر اندھیرا چھا جاتا ہے۔ تمام "فیکٹریاں" بند ہو جاتی ہیں، سارے سسٹم جواب دے جاتے ہیں اور انسان گوشت اور ہڈیوں کے قابل تدفین ڈھیر میں تبدیل ہو جاتا ہے۔

اس لیے ضروری ہے کہ دماغ کے بوجھ کو کم کرتے رہیں۔ غصے، انتقام، نفرت، مایوسی اور حسد کے جذبات کو پروان نہ چڑھنے دیں، مشکلات و مسائل کو ہر وقت دماغ پر طاری نہ رکھیں، جو کل ابھی آیا نہیں اس کے لیے آج پریشان نہ ہوں۔ ایسے کام کرتے رہیں جو منفی اثرات سے نجات دلا کر آپ کو ذہنی سکون اور خوشیاں فراہم کر سکیں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ دعا کے ذریعے اپنے پالنے والے سے رابطے میں

رہنے کی عادت ڈالیں۔ ذہنی دباؤ سے بچنے کے لیے دعا سے بہتر کوئی علاج آج تک دریافت نہیں ہوا۔

عام حالات میں میرے ارد گرد بہت سے خطرات منڈلاتے رہتے ہیں۔ بعض موروثی امراض اور بعض ادویات میرے اینزائمز (خامروں) پر براہ راست حملہ آور ہوتی ہیں جن کے سبب ہارمون کی پیداوار کم یا بالکل بند ہو جاتی ہے۔ بعض نامعلوم اسباب کی بناء پر ایسا بھی ہوتا ہے کہ میں اچانک ہی کام کرنا بند کر دوں۔

آیوڈین کی کمی ایک بڑا مسئلہ ہے۔ اس کمی کو آیوڈین والے نمک کے استعمال سے دور کیا جا سکتا ہے لیکن دور دراز کے پہاڑی علاقے جہاں آیوڈین اور تعلیم دونوں ہی تقریباً مفقود ہیں، وہاں لوگ تھائی رائیڈ کے مسائل سے زیادہ دوچار ہیں۔

آیوڈین میری قوت حیات ہے۔ جب یہ معمول کے مطابق مجھے نہ ملے تو میں جسم کے ایک ایک خلیے میں اسے تلاش کرتا ہوں اور میرے ارد گرد اتنے خلیے جمع ہو جاتے ہیں کہ میرا حجم اور وزن بڑھنے لگتا ہے۔ آپ نے بہت سے لوگوں کو گردن پر آگے کی طرف بڑھا ہوا گوشت دیکھا ہوگا! یہ آیوڈین کی کمی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ یہ زندگی کے لیے زیادہ خطرناک نہیں ہوتا لیکن اگر یہ اتنا بڑھ جائے کہ سانس کی نالی کو دبانے لگے تو نتائج کا اندازہ کرنا مشکل نہیں۔

پیچوٹری گلینڈ کے قریب پیدا ہونے والی رسولی (ٹیومر) بھی بے شمار مشکلات پیدا کر سکتی ہے۔ کینسر جسم کے کسی دوسرے حصے کی نسبت مجھ میں تیزی سے نہیں پھیلتا اور مجھ ہی تک محدود رہتا ہے۔ اسے آپریشن کے ذریعے نکالا جا سکتا ہے۔ میرا علاج تابکاری کے ذریعے بھی کرنا ممکن ہے اور دواؤں سے بھی۔ خوش قسمتی سے ڈاکٹرز آپ کے دوسرے غدود کی نسبت میرے بارے میں زیادہ معلومات رکھتے ہیں اور مریض کی زندگی کو بے شمار صورتوں میں کوئی خطرہ لاحق نہیں ہوتا۔

اگر میری کارکردگی سست پڑ جائے تو اس کے لیے مطلوبہ ہارمون کی گولیاں موجود ہیں۔ اگر میں زیادہ تیز رفتاری کا مظاہرہ کرنے لگوں تو ایسی دوائیں موجود ہیں جو میرے ہارمون پیدا کرنے کی رفتار کو اعتدال پر لے آئیں۔ ریڈیو ایکٹو آیوڈین کا استعمال بھی اس مسئلے کو حل کر سکتا ہے۔ یہ آیوڈین براہ راست مجھ تک آئے گی اور اس کے تابکاری اثرات میرے خلیوں پر اثر انداز ہو کر ان کی اضافی پیداوار کو ختم کر دیں گے۔ اس آیوڈین کے تابکاری اثرات زیادہ سے زیادہ چند ہفتوں میں زائل ہو جاتے ہیں۔

بڑھے ہوئے تھائی رائیڈ کا علاج بعض صورتوں میں آپریشن کے ذریعے بھی کیا جاتا ہے۔ سرجن کو یہ طے کرنا ہوتا ہے کہ وہ سرجری کے ذریعے میرا کتنا حصہ نکالے گا۔ اگر یہ میرا چھوٹا حصہ ہے تو میں اپنے ہارمونز کی پیداوار کو معمول کے مطابق جاری رکھتا ہوں۔ آپریشن کے دوران اگر میرا زیادہ بڑا حصہ الگ کر دیا جائے تو ایسی صورت میں معمول کے مطابق کام کرنے کے لیے مجھے تھائی رائیڈ ہارمون کی گولیوں اور تھراپی کی اضافہ مدد درکار ہوگی۔

مجھ میں خرابی کی کئی علامات ہیں۔ ڈاکٹر صاحبان ابتدائی طور پر انہی کے ذریعے کسی نتیجے پر پہنچتے ہیں۔ مثلاً وہ آپ سے کہیں گے کہ اپنا ہاتھ سامنے کی طرف

سیدھا کر کے دکھائیں۔ ایسا کرنے کے بعد اگر وہ آپ کے ہاتھ کی انگلیوں میں کپکپاہٹ محسوس کریں گے تو پھر دوسری علامات پوچھیں گے۔ نیند نہ آنا، زیادہ بھوک لگنا، زیادہ کھانا اس کے باوجود وزن میں کمی واقع ہونا، سستی کاہلی، ان سب علامات کا مطلب ہے کہ میں یعنی آپ کا تھائی رائیڈ معمول سے زیادہ کام کر رہا ہے۔

یہ علامات حاملہ خاتون میں ظاہر ہوں تو زیادہ تر عارضی نوعیت کی ہوتی ہیں۔ ایسے میں مجھے بیک وقت ماں اور بچے دونوں کے لیے کام کرنا پڑتا ہے اسی لیے میری کارکردگی معمول سے ذرا زیادہ ہوتی ہے۔

لیبارٹری ٹیسٹ مرض کی تشخیص میں بڑے مددگار ہوتے ہیں۔ میری خرابی کو جاننے کے لیے تھائی رائیڈ کے بہت سے ٹیسٹ رائج ہیں۔ اب یہ بات ڈاکٹر ہی طے کر سکتا ہے کہ ان میں سے کون سا ٹیسٹ کرایا جائے، جو مرض کی درست ترین تشخیص و علاج کے لیے زیادہ ضروری ہے۔

یہ تھی میری مختصر کہانی لیکن یہ کہانی ابھی ختم نہیں ہوئی۔ حقیقت یہ ہے کہ ماہرین ابھی تک میری خدمات کے چند ہی پہلو دریافت کر سکے ہیں۔ تحقیق و تجربات کے بہت سے افق وقت کے ساتھ ساتھ نمایاں ہوں گے۔ مستقبل میں میری بہت سی ایسی خدمات سامنے آئیں گی جن کے آگے ممکن ہے میری دو دریافت شدہ صلاحیتیں ماند پڑ جائیں۔

اس دعوے کی بنیاد یہ ہے کہ سائنسدانوں نے 1960ء میں اچانک میرا ایک نیا ہارمون دریافت کیا جس سے وہ اس سے پہلے ناواقف تھے۔ کیلسی ٹونن (Calcitonin) نامی یہ ہارمون حیران کن صلاحیتوں کا حامل ہے۔

کیلشیم کا شمار جسم میں پائی جانے والی سب سے اہم معدنیات میں ہوتا ہے۔ ہڈیاں اور دانت اسی سے بنتے اور نشوونما پاتے ہیں۔ میرے قریب موجود پیراتھائی رائیڈ گلینڈز کی یہ ذمہ داری ہے کہ وہ ایک خاص تناسب سے کیلشیم کو آپ کی ہڈیوں سے حاصل کریں اور آپ کے خون میں شامل کرتے رہیں۔ پیراتھائی رائیڈ گلینڈز اکثر کسی فنی خرابی کے سبب ہڈیوں سے ضرورت سے زیادہ کیلشیم نکالنے لگتے ہیں۔ اگر یہ سلسلہ برقرار رہے تو بہت جلد جسم کی ہڈیاں کمزور ہو جاتی ہیں۔

عمارت کا ڈھانچا کمزور پڑ جائے تو عمارت کسی بھی لمحے زمین بوس ہو سکتی ہے۔ کیلسی ٹونن نامی یہ ہارمون جو شاید جسم کے چیک اینڈ بیلنس نظام کا حصہ ہے آپ کو اس بھیانک حادثے سے محفوظ رکھتا ہے۔ جیسے ہی پیراتھائی رائیڈ گلینڈ اپنے مقرر کردہ پروگرام سے تجاوز کرتے ہیں تو کیلسی ٹونن ہارمون فوراً ہی ان کی غلطی کی اصلاح کر دیتا ہے اور ہڈیوں میں موجود کیلشیم کے مطلوبہ ذخائر ہونے سے محفوظ رہتے ہیں۔

اس ہارمون پر تحقیق و تجربات جاری ہیں۔ مستقبل قریب میں ممکن ہے اس کے ذریعے عمر رسیدہ افراد کو ہڈیوں کی شکست و ریخت سے بچایا جا سکے لیکن ابھی یہ محض ایک خیال ہے۔ ممکن ہے سائنسدان کبھی اس خیال کو حقیقت میں بدل سکیں۔ ویسے یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ ہر حقیقت شروع میں ایک خیال ہی ہوتی ہے۔

(جاری ہے)

کیفیاتِ مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبے کے موضوع پر سائنسی بنیادوں پر تحقیقی کام شب و روز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اَخذ کیے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبے سے انسان کو ہمہ جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے پیشِ نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان تحقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبے سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبے کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہلِ روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبے کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔

ان صفحات پر ہم مراقبے کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوتِ مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبے کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبے کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کرکے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈریس پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کردیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہوسکتی ہیں۔

کیفیاتِ مراقبہ۔
روحانی ڈائجسٹ 1/7, D-1 ناظم آباد۔ کراچی 74600

سنا ہے کہ بچپن کے واقعات کا اثر زندگی کے ہر دور میں ہوا کرتا ہے۔ بچپن کے دنوں میں مجھے خواب میں باتیں کرنے اور نیند میں چلنے کی عادت تھی۔ رفتہ رفتہ یہ تو شکایت جاتی رہی، نوجوانی کے دنوں میں میں ایک نئی اور عجیب پریشانی میں مبتلا ہوئی۔ دن بھر کے کاموں سے فارغ ہو کر جونہی بستر پر دراز ہوتی میرا سر بری طرح چکرانے لگتا اور کانوں میں تیز شور سنائی دیتا۔ اس شور سے کانوں کے پردے پھٹتے ہوئے محسوس ہوتے۔ مجھے ایسا محسوس ہوتا کہ میں سخت طوفان میں گھر گئی ہوں۔ بہت کوشش کرتی تھی کہ اٹھ کر بیٹھ جاؤں یا کسی کو مدد کے لیے پکاروں۔ مگر زبان ساتھ نہیں دیتی تھی۔ جسم بالکل ساکت اور پتھر کا ہو جاتا تھا۔ تھوڑی دیر بعد ڈراؤنے خوابوں کا سلسلہ شروع ہو جاتا۔ اس وقت میں سوئی ہوئی نہیں ہوتی، بلکہ مجھ پر نیم غنودگی کا عالم طاری ہوتا تھا۔ ڈر کے مارے منہ سے چیخ بھی نہیں نکلتی۔ بس دل ہی دل میں روتی رہتی تھی۔ پھر میں چیخیں مارتی ہوئی اُٹھ کر بیٹھ جاتی تھی۔

اس تکلیف کی وجہ سے میں دن میں بھی کھوئی کھوئی رہتی ذرا سی آہٹ پر دل زور زور سے دھڑکنے لگتا۔ الفاظ زبان سے صحیح طور پر ادا نہیں ہوتے۔ اعتماد ختم ہو گیا تھا۔ دل چاہتا تھا کہ کونے میں پڑی رہوں اور کسی کی بھی مجھ پر نظر نہ پڑے۔ میری اس انوکھی تکلیف سے سب گھر والے بہت پریشان تھے مگر علاج کسی کی سمجھ میں نہیں آرہا تھا۔ ہاں میں بتاتی چلوں کہ بچپن میں مجھے پراسرار کہانیاں پڑھنے کا بھی شوق تھا۔ میری ان کیفیات سے پورا گھر پریشان تھا مگر وہ مجھ سے بیزار بھی رہنے لگے تھے۔ اہل خانہ کے رویے نے مجھے شدید ذہنی الجھن اور احساس کمتری میں مبتلا کر دیا تھا۔ صرف والدہ اور چھوٹی بہن میرے مسائل کو محسوس کرتی تھیں۔ ایک روز خالہ ہمارے گھر آئیں۔ میرا تذکرہ چھڑا تو انتہائی مایوسی کے عالم میں امی نے میری تمام کیفیات سے خالہ کو آگاہ کیا۔ خالہ بھی کچھ پریشان ہو گئیں۔ امی کو انہوں نے تسلی دی اور کہا کہ میں اس کے انکل سے بات کرتی ہوں ان کے ایک دوست نفسیاتی ڈاکٹر ہیں۔

تین چار روز کے بعد انکل مجھے اپنے ڈاکٹر دوست کے پاس چیک اپ کے لیے لے گئے۔ انہوں نے میری روداد بغور سنی پھر کچھ دیر بعد مجھے اور انکل کو مخاطب کرتے ہوئے بولے۔ میرے نزدیک بیٹی کی تکلیف کا باعث بچپن میں پڑھی گئی پراسرار اور خوفناک کہانیاں اور گھر کا ماحول ہے۔ بچوں کے لیے سنگین اور پیچیدہ خوف وہ ہیں جن کے محرکات نفسیاتی ہوں۔ ان کا مخزن ہمیشہ کم سنی کا کوئی تلخ تجربہ، حادثہ یا واقعہ ہوتا ہے۔ جو کہیں لاشعور کی گہرائیوں میں دفن رہتا ہے جس کی نشاندہی صرف گہرے تجزیے سے ممکن ہے۔

فوبیا کی ایک نمایاں صفت یہ ہے کہ مریض بسا اوقات یہ جانتا ہے کہ اس کا خوف سراسر بے بنیاد مضحکہ خیز اور لغو ہے لیکن کوشش کے باوجود مریض اس خوف سے پیچھا نہیں چھڑا سکتا۔

فوبیا کی کئی قسمیں ہیں، مثلاً اسکول کا خوف، امتحان کا خوف، موت کا خوف، کشادہ و اونچی یا تنگ جگہوں کا خوف، جانوروں کا خوف اور اجنبی انسانوں کا خوف وغیرہ۔

ماہرین نے خوف کی ان اقسام کے بارے میں بعض دلچسپ حقائق کا انکشاف کیا ہے۔

ایک پختہ عمر کے مرد کو پیچھے مڑ کر دیکھنے کی عادت تھی۔ اسے ہر وقت یہ خوف رہتا تھا کہ کوئی اس کا تعاقب کر رہا ہے۔ تجزیہ کرنے پر معلوم ہوا کہ بچپن میں وہ کوئی چیز چرا کر بھاگ رہا تھا، تو پیچھے سے کسی نے اسے آن دبوچا تھا۔ اچانک پکڑے جانے پر وہ بے ہوش ہو گیا۔ بچپن کا یہ تلخ تجربہ تو وہ بھول چکا تھا، لیکن اس سے وابستہ کیفیت یعنی خوف کا اثر موجود رہا بچپن کا وہی خوف اس وہم کا متحرک بنا۔

ڈاکٹر صاحب نے میرے خوف، پریشانی اور احساس کمتری کے بارے میں انتہائی آسان انداز سے ہمیں بتایا۔

میں نے ان سے کہا۔ ڈاکٹر صاحب.... ! آپ مجھے کوئی ایسا حل یا علاج تجویز کیجیے جس کے لیے مجھے جلدی جلدی آپ کے پاس آنے کی ضرورت نہ پڑے۔ ڈاکٹر صاحب میری بات سن کر کچھ سوچنے لگے پھر بولے۔ آپ کے مسائل کے کئی حل ہوسکتے ہیں اور میں اپنے مریضوں کو کسی ایک حل کا مشورہ نہیں دیتا بلکہ جہاں سے مجھے امید ہوتی ہے کہ مریض کو شفا ہوگی اسے وہ حل تجویز کرتا ہوں مثلاً ورزش، پرہیز، میڈیسن وغیرہ۔ میں نے مراقبہ کی مشقوں کو بھی مفید پایا ہے۔ اس کا تجربہ میں نے کئی اپنے مریضوں پر کیا ہے۔ جس کے بہتر اور اچھے نتائج ملے ہیں۔ مراقبہ میرے نزدیک کئی تکالیف میں ایک علاج بھی ہے۔ مگر شرط یہ ہے کہ مراقبہ اس یقین کے ساتھ کیا جائے جس یقین کے ساتھ ہم دواؤں کے ذریعے اپنا علاج کرواتے ہیں۔ ممکن ہے اس کے نتائج فوراً ظاہر نہ ہوں مگر پختہ ارادہ اور یقین کے ساتھ درست انداز میں مراقبہ کیا جائے تو فوائد یقیناً ظاہر ہوتے ہیں۔

ڈاکٹر صاحب نے مجھے مراقبہ کی چند مشقیں بھی اچھی طرح ذہن نشین کروادیں۔

آنکھیں بند کرکے مراقبہ کی مشقیں کرنا مجھے عجیب لگ رہا تھا۔ جب میں نے ڈاکٹر صاحب سے اس کا ذکر کیا تو وہ بولے.... ذہن کے ارتکاز کے لیے سکون کی ضرورت ہوتی ہے اور اگر آپ آنکھیں بند کرتے ہیں تو آپ کی توجہ اسی چیز پر مرتکز ہوسکتی ہے جس پر آپ کرنا چاہتے ہیں۔ انہوں نے مجھ سے آنکھیں بند کرکے ذہن کو خالی چھوڑنے کی مشق کروائی۔ مجھے زیادہ فائدہ تو محسوس نہیں ہوا مگر کچھ سکون ملا۔

ڈاکٹر صاحب نے ہمیں رخصت کرتے ہوئے مراقبہ کے مطابق چند کتابیں بھی دیں اور تاکید کی کہ کوئی مسئلہ درپیش ہو تو بلا جھجک مجھ سے رجوع کرلینا۔

دو تین روز صرف اس میں گزر گئے کہ آنکھیں بند کرکے میں مراقبہ کی مشق کس طرح کروں گی۔ اگر کسی نے دیکھ لیا تو مذاق کا نشانہ بن جاؤں گی۔ مگر ڈاکٹر صاحب نے مراقبہ کے فوائد کا تذکرہ کچھ اس انداز سے کیا تھا کہ ایک روز عشاء کی نماز کے بعد مراقبہ کا آغاز کردیا۔

مراقبہ میں سب سے عجیب بات آنکھیں بند کرکے ایک جگہ بیٹھنا لگ رہا تھا۔ بار بار آنکھ کھل جاتی۔ کئی روز آنکھیں بند کرکے مراقبہ کرنے کی کوشش کرتی رہی۔ ان کوششوں کا نتیجہ یہ رہا ہے اب

مراقبہ میں آنکھیں بند کر کے کافی دیر تک بیٹھی رہتی۔ مگر کافی روز گزرنے کے باوجود کوئی کیفیت ظاہر نہیں ہورہی تھی۔ اس سلسلے میں فون پر ڈاکٹر صاحب سے بھی بات ہوئی انہوں نے میری حوصلہ افزائی کی اور مراقبہ جاری رکھنے کا مشورہ دیا۔

ایک روز مراقبہ میں بیٹھی تھی کہ کمرے میں خوشبو کا احساس ہوا۔اس خوشبو کا احساس مراقبے کے بعد بھی رہا۔

جمعرات کا دن تھا گھر میں کچھ مہمان آئے ہوئے تھے، میں کمرے میں اکیلی بیٹھی تھی.... امی نے آواز دی میں ڈرتے ڈرتے کمرے میں آئی اور سلام کر کے خاموشی سے کونے میں بیٹھ گئی۔ اب ہر نظر میری طرف تھی۔جب کوئی سوال کرتا تو زبان میرا ساتھ نہ دیتی۔ کافی دیر تک اس مشکل میں رہی پھر اُٹھ کر کمرے سے چلی گئی اور اپنے کمرے میں جا کر بہت روئی۔ اس رات کو بھی مراقبہ میں بیٹھ گئی ابھی مراقبہ کا آغاز ہی کیا تھا کہ خود کو خوبصورت جھیل کے پاس پایا۔ میں نے دیکھا کہ چاروں طرف رنگ برنگے پھول کھلے ہیں۔ پھولوں پر تتلیاں اڑتی پھر رہی ہیں۔ جھیل کے درمیان ایک چھوٹے سے ٹیلے پر دو ٹیبل اور کچھ کرسیاں لگی ہیں۔ میں کشتی سے اس ٹیلے تک پہنچی جھیل کا پانی انتہائی شفاف ہے۔ اس کے پانی میں کئی رنگوں کی چھوٹی چھوٹی مچھلیاں تیرتی ہوئی دکھائی دے رہی ہیں۔ٹیلے پر کافی دیر تک بیٹھی جھیل کا نظارہ کرتی رہی۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا۔شام کا وقت ہے میں ساحل سمندر پر پانی میں کھڑی ہوں۔ سمندر کا پانی جسم کو راحت دے رہا ہے۔ سامنے سورج پانی میں اس طرح اترتا دکھائی دے رہا ہے جیسے اس آگ کے گولے کو پانی میں ٹھنڈا کیا جارہا ہو۔ گہرے پانی سے کشتیاں واپس ساحل کی جانب آرہی ہیں۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا فضا گہرے بادلوں سے ڈھکی ہوئی ہے۔ پرندے اس موسم سے لطف اندوز ہورہے ہیں۔میں گھر میں درخت پر ڈالے گئے جھولے پر جھول رہی ہوں۔ کچھ دیر بعد تیز بارش ہونے لگی۔ پرندے درختوں کی ٹہنیوں پر بیٹھے خود کو بارش سے محفوظ رکھنے کی کوشش کرنے لگے، مگر مجھے بارش میں بہت مزہ آرہا تھا۔

ایک دن مراقبہ میں دیکھا کہ عید کا دن ہے۔ سب لوگ صبح سے عید کی تیاریوں میں لگے ہوئے ہیں۔ میں نے بھی عید کے کپڑے پہنے اور خوب ساری عیدی موصول کی۔ دوران مراقبہ دیکھا کہ ایک خوبصورت پارک میں لمبے لمبے درخت اور خوبصورت پھول کھلے ہوئے ہیں۔ پارک کے درمیان میں بطخیں شور مچاتی ہوئی ایک کونے سے دوسرے کونے تک آجارہی ہیں۔

چند ہفتوں کے مراقبہ سے میرے لاشعور میں بیٹھے ہوئے خوف میں بھی کافی کمی آئی ہے۔ اعتماد میں اضافے کی وجہ سے احساس کمتری میں بھی کمی واقع ہوئی ہے۔ صحت گرنے سے بے خوابی کا مرض لاحق ہوگیا تھا۔ اب صحت کافی بہتر ہے جس کی وجہ سے نیند بھی پرسکون آرہی ہے۔ سوچنے سمجھنے اور عمل کرنے کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا محسوس ہوا ہے۔

قرآنی انسائیکلوپیڈیا

قرآن پاک رشد وہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو ابد تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہے گا۔ یہ ایک مکمل دستورِ حیات اور ضابطۂ زندگی ہے۔ قرآنی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراط مستقیم دکھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصول سے بھی واقف کراتی ہیں۔

أَهْلَ الْبَيْتِ

اہل بیت عربی زبان کا لفظ ہے جس کے معنی "گھر والے" کے ہیں۔ اہل بیت تین قسم کے ہیں۔ اہل بیت نسب، اہل بیت سکنٰی، اہل بیت ولادت۔۔

اہل بیت نسب سے مراد انسان کے وہ رشتہ دار ہیں جو نسب میں آتے ہیں یعنی وہ رشتہ دار جو باپ اور دادا کی وجہ سے ہوتے ہیں مثلاً چچا، تایا، پھوپھی وغیرہ نسب کے رشتے ہیں۔ اہل بیت مسکن سے مراد وہ رشتہ دار ہیں جو گھر کے اندر آباد ہوتے ہیں یعنی شوہر کی بیوی۔ اہل بیت ولادت سے مراد وہ نسل ہے جو گھر میں پیدا ہوئی ہے۔ اس میں بیٹے، بیٹیاں اور آگے ان کی اولاد شامل ہے۔

اسلام میں "اہل بیت" کی اصطلاح نہایت محترم اور معزز ہے۔ کلام الٰہی یعنی قرآن کریم میں دو مقامات پر اور حدیث پاک میں متعدد احادیث اور روایات میں اہل بیت کا ذکر ہے۔ اسلامی مکتبہ فکر میں اہل بیت سے مراد حضرت محمد رسول اللہ ﷺ، آپ ﷺ کی ازواج مطہرات، آپ کی صاحبزادی فاطمۃ الزہراء، آپ کے چچازاد اور داماد حضرت علیؓ اور بی بی فاطمہؓ کے صاحبزادے حضرت امام حسن و حضرت امام حسین ہیں۔ اسلامی معاشرے میں جب مطلق اہل بیت کا لفظ بولا جائے تو اس سے مراد آلِ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم ہیں۔

لفظ اہل بیت قرآن میں تین مرتبہ استعمال ہوا ہے۔ ایک جگہ سورۂ احزاب (33) کی آیت 32 - 33، ایک جگہ سورۂ قصص (28) کی آیت 13-11 اور سورہ ہود 11 آیت 73-72۔

ان آیات میں اللہ تعالیٰ نے رسول اللہ کی ازواج مطہرات، موسیٰ کے گھر والوں اور حضرت ابراہیم کی اہلیہ کو بھی اہل بیت کے نام سے مخاطب کیا ہے ان تمام آیات میں اہل بیت کے لیے جمع مخاطب کا صیغہ استعمال کیا۔ نیز اہل بیت پر فرشتوں نے اللہ کی رحمت و برکات بھیجی ہیں۔ بعض محققین نے لکھا ہے کہ نمازوں میں جو درود شریف پڑھتے ہیں (اور جس میں نبی کی اہل و آل کو رحمتیں و برکتیں بھیجتے ہیں۔) اس کے الفاظ میں اس آیت سے اقتباس کیا گیا ہے۔

ام المؤمنین عائشہ صدیقہؓ کہتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ صبح کو نکلے اور آپ ﷺ ایک چادر اوڑھے ہوئے تھے۔ اتنے میں حسن آئے تو آپؐ نے ان کو اس چادر کے اندر کر لیا۔ پھر حسین آئے تو ان کو بھی اس میں داخل کر لیا۔ پھر فاطمہ الزہراء آئیں تو ان کو بھی انہی کے ساتھ شامل کر لیا پھر سیدنا علیؓ آئے تو ان کو بھی شامل کر کے فرمایا کہ ھؤلاء اھلی یہ میرے اہل بیت ہیں۔ (مسلم، طبری)

اَلْبَیْتَ الْحَرَامَ

حجاز مقدس کے شہر مکہ میں واقع مسجد الحرام کے وسط میں، سیاہ غلاف میں ملبوس ایک مستطیل اور چوکور عمارت کعبہ شریف ہے، جسے بیت اللہ کہتے ہیں، پوری زمین پر یہ واحد جگہ ہے جسے اللہ پاک نے بَیْتِیَ یعنی "میرا گھر" کہا ہے، اس عمارت کی عظمت، قدر و منزلت اور مقام و مرتبے کو پہچاننے کے لئے یہ جلیل و مقدس نسبت ہی کافی ہے۔ اللہ تعالیٰ، مکان میں سمانے سے پاک ہے، کعبہ کو یہ نسبت اظہار عظمت کے لئے عطا کی گئی ہے۔ قرآن پاک میں اسے بیت الحرام یعنی شوکت و حرمت کا گھر کہا گیا ہے۔ خانہ کعبہ کے محل وقوع سے متعلق لکھا گیا ہے کہ یہ عین عرش الٰہی اور بیت المعمور کے نیچے ہے۔ قرآن مجید میں کعبۃ اللہ اور دیگر شعائر الٰہی کی تعظیم کو قلوب کا تقویٰ قرار دیا گیا ہے اور اسی طرح متعدد سوروں [سورہ بقرہ، ابراھیم، آل عمران، مائدہ اور قصص] میں خانہ کعبہ کے فضائل بیان کیے گئے ہیں۔

اس دنیا میں خدا کا پہلا گھر خانہ کعبہ ہے۔ تاریخ عتیق بھی اس بات کی گواہ ہے کہ اس سے قبل کوئی ایک بھی ایسی عبادت گاہ کائنات میں موجود نہیں تھی جسے خدا کا گھر کہا گیا ہو۔ اس کی تصدیق قرآن مجید بھی ان الفاظ میں کرتا ہے:

ترجمہ: "پہلا گھر (بَیْتٍ) جو لوگوں (کے عبادت کرنے) کے لئے مقرر کیا گیا تھا۔ وہی ہے جو مکے میں ہے بابرکت اور جہاں کے لئے موجب ہدایت۔ اس میں کھلی ہوئی نشانیاں ہیں جن میں سے ایک ابراہیم کے کھڑے ہونے کی جگہ ہے۔ جو شخص اس (مبارک گھر) میں داخل ہوا اس نے امن پا لیا۔ اور لوگوں پر خدا کا حق (یعنی فرض) ہے کہ جو اس (گھر) تک جانے کا مقدور رکھے وہ اس گھر (اَلْبَیْتِ) کا حج کرے اور جو اس حکم کی تعمیل نہ کرے گا تو خدا بھی اہل عالم سے بے نیاز ہے.... "[سورۂ آلِ عمران (3): آیت 96-97].

ترجمہ: "خدا نے عزت کے گھر (اَلْبَیْتَ الْحَرَامَ) (یعنی) کعبے کو لوگوں کے لئے موجب امن مقرر فرمایا ہے۔" [سورۂ مائدہ (5): آیت 97]

ترجمہ: "اور جب ہم نے خانہ کعبہ (اَلْبَیْتِ) کو لوگوں کے لئے جمع ہونے کی اور امن پانے کی جگہ مقرر

کر لیا۔ اور (حکم دیا کہ) جس مقام پر ابراہیم کھڑے ہوئے تھے اس کو نماز کی جگہ بنالو۔ اور ابراہیم اور اسماعیل کو کہا کہ طواف کرنے والوں اور اعتکاف کرنے والوں اور رکوع کرنے والوں اور سجدہ کرنے والوں کے لئے میرے گھر کو پاک صاف رکھا کرو...... اور یاد کرو جب ابراہیم بیت اللہ (اَلْبَیْتِ) کی بنیادیں اونچی کر رہے تھے اور اسماعیل بھی، (تو دعا کیے جاتے تھے کہ) اے پروردگار ہم سے یہ خدمت قبول فرما۔ بیشک تو سننے والا (اور) جاننے والا ہے۔" [سورۂ بقرہ (2): آیت 125-127]

ترجمہ: "جب ہم نے ابراہیم کے لئے خانہ کعبہ (اَلْبَیْتِ) کو مقام مقرر کیا (اور فرمایا) کہ میرے ساتھ کسی چیز کو شریک نہ کیجیو اور طواف کرنے والوں اور قیام کرنے والوں اور رکوع کرنے والوں (اور) سجدہ کرنے والوں کے لئے میرے گھر (بَیْتِیَ) کو صاف رکھا کرو، اور لوگوں میں حج کے لئے ندا کر دو کہ تمہاری طرف پیدل اور دبلے دبلے اونٹوں پر جو دور (دراز) راستوں سے چلے آتے ہوں (سوار ہو کر) چلے آئیں۔ تاکہ اپنے فائدے کے کاموں کے لئے حاضر ہوں اور (قربانی کے) ایام معلوم میں چہارپایاں مویشی (کے ذبح کے وقت) جو خدا نے ان کو دیے ہیں ان پر خدا کا نام لیں اس میں سے تم بھی کھاؤ اور فقیر درماندہ کو بھی کھلاؤ۔ پھر چاہیے کہ لوگ اپنا میل کچیل دور کریں اور نذریں پوری کریں اور خانہ قدیم (اَلْبَیْتِ الْعَتِیْقِ) (یعنی بیت اللہ) کا طواف کریں۔" [سورۂ حج (22): آیت 26-29]

ترجمہ: "اے پروردگار! میں نے اپنی اولاد میدان (مکہ) میں جہاں کھیتی نہیں تیرے عزت (وادب) والے گھر (بَیْتِكَ الْمُحَرَّمِ) کے پاس لابسائی ہے۔ اے پروردگار تاکہ یہ نماز پڑھیں۔ تو لوگوں کے دلوں کو ایسا کر دیں کہ ان کی طرف جھکے رہیں اور ان کو میووں سے روزی دے تاکہ (تیرا) شکر کریں۔" [سورۂ ابراہیم (14): آیت 37]

ترجمہ: "مومنو! خدا کے نام کی چیزوں کی بے حرمتی نہ کرنا اور نہ ادب کے مہینے کی اور نہ قربانی کے جانوروں کی اور نہ ان جانوروں کی (جو خدا کی نذر کر دیئے گئے ہوں اور) جن کے گلوں میں پٹے بندھے ہوں اور نہ ان لوگوں کی جو عزت کے گھر (اَلْبَیْتَ الْحَرَامَ) کو جا رہے ہوں (اور) اپنے پروردگار کے فضل اور اسکی خوشنودی کے طلبگار ہوں۔" [سورۂ مائدہ (5): آیت 2]

ایک تاریخی روایت کے مطابق خانہ کعبہ بیت المقدس میں واقع مسجد الاقصیٰ سے ایک ہزار تین سو سال پہلے تعمیر ہوا ہے۔ حضرت ابراہیمؑ نے حضرت موسیٰؑ سے نو سو برس پہلے اس کی ظاہری تعمیر مکمل کی، اللہ کے آخری نبی حضرت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی مکہ سے مدینہ کی طرف ہجرت کے آٹھارہویں مہینے ماہ شعبان ۲ھ میں معرکۂ بدر سے ایک ماہ قبل مسلمانوں کا قبلہ بیت المقدس سے منتقل ہو کر کعبہ کی سمت ہو گیا جس کا ذکر قرآن پاک کے سورہ بقرہ میں کیا گیا ہے۔ کعبہ کے دو اہم پتھر، حجر اسود اور مقام ابراہیم، عہد آدم اور دور ابراہیمی سے اب تک موجود ہیں اور دنیا کے سب سے زیادہ مقدس پانی کا قدیم چشمہ، زمزم، اسی خانہ کعبہ کے قریب ہے۔ اس کے پانی کو نیکوں کی شراب کہا گیا ہے، لاکھوں عقیدت مند مسلمان دنیا کے گوشہ وکنار سے اس پانی کو تبرک کے طور پر لے جاتے ہیں۔

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کرتا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

علمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لرز رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔

انسانیت کی بقا کے ذرائع توحید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پرہیزگار بن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے کھانے کے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ۔ 22-21)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا ''یارسول اللہ ﷺ! کونسا گناہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟''.....

آپ ﷺ نے فرمایا ''یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے''۔ (صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اوّل صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدہٗ لاشریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختمِ نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدۂ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں گہرا تعلق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

ازطرف: ایک بندۂ خدا

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ و نور الشیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔ برائے مہربانی جوابی لفافہ ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال وجواب-1-D,1/7، ناظم آباد۔ کراچی74600

سوال: شعوری اور لاشعوری حواس میں کیا فرق ہے اور ان کی مختلف عملی طرزیں کیا ہیں....؟ اللہ تعالیٰ نے انسان کو جو حواس عطا فرمائے ہیں بندہ ان سے کس طرح استفادہ کر سکتا ہے۔

(صائمہ رفیق۔ کراچی، محمد رضا اعوان۔ گجرات)

جواب: جن حواس سے ہم کشش ثقل میں مقید چیزوں کو دیکھتے ہیں ان کا نام شعور ہے اور جن حواس میں ہم کشش ثقل سے آزاد ہو جاتے ہیں ان کا نام لاشعور ہے۔ شعور اور لاشعور دونوں لہروں پر قیام پذیر ہیں۔ شعوری حواس میں کام کرنے والی لہریں مثلث Triangle ہوتی ہیں اور لاشعوری حواس میں کام کرنے والی لہریں دائرہ Circle ہوتی ہیں۔ شعوری حواس ٹائم اور اسپیس میں بند ہیں اور لاشعوری حواس ٹائم اور اسپیس سے آزاد ہیں۔ یہ دونوں حواس ایک ورق کی طرح ہیں۔ ورق کے دونوں صفحات پر ایک ہی تحریر لکھی ہوئی ہے۔ فرق صرف یہ ہے کہ ورق کے ایک صفحہ پر عبارت ہمیں واضح اور روشن نظر آتی ہے۔ ذہن بھی شعوری اور لاشعوری دونوں حواس پر قائم ہے۔ انسان کی طرح زمین کے دو رخ ہیں۔

ایک رخ کا نام طولانی حرکت ہے.....

دوسرے رخ کا نام محوری حرکت ہے.....

یعنی زمین جب اپنے مدار پر حرکت کرتی ہے تو وہ طولانی گردش میں ترچھی ہو کر چلتی ہے اور محوری گردش میں اپنے محور کے گرد گھومتی ہے۔ طولانی گردش مثلث ہے اور محوری گردش دائرہ ہے۔ زمین پر آباد مخلوق میں

ہے انسان کی تخلیق میں بحیثیت گوشت پوست مثاث غالب ہے۔ اس کے برعکس جنات میں دائرہ غالب ہے اور فرشتوں کی تخلیق میں جنات کے مقابلے میں دائرہ زیادہ غالب ہے۔

انسان کے بھی دو رخ ہیں۔ غالب رخ مثاث اور مغلوب رخ دائرہ ہے۔ جب کسی بندہ پر مثاث کا غلبہ کم ہو جاتا ہے اور دائرہ غالب آجاتا ہے تو وہ جنات، فرشتوں اور دوسرے سیاروں میں آباد مخلوق سے متعارف ہو جاتا ہے۔ طولانی گردش مشرق و مغرب کی سمت میں سفر کرتی ہے اور محوری گردش شمال سے جنوب کی طرف ہوتی ہے۔ ہماری ساری زندگی بیداری اور خواب کی حالتوں میں گزرتی ہے۔ خواب ہماری زندگی کا نصف حصہ ہے اور ہمیں بتاتا ہے کہ انسان کے اندر ایسے حواس بھی کام کرتے ہیں جن کے ذریعے انسان کے اوپر غیب کا انکشاف ہو جاتا ہے۔ خواب اور خواب کے حواس میں ہم ٹائم اور اسپیس کے ہاتھ میں کھلونا نہیں بلکہ ٹائم اور اسپیس ہمارے لئے کھلونا بنے ہوئے ہیں۔ خواب میں چونکہ اسپیس اور ٹائم (مکانیت اور زمانیت) کی جکڑ بندیاں نہیں ہیں اس لئے ہم خواب میں ان حالات کا مشاہدہ کرتے ہیں جو زمان اور مکان سے ماوراء ہیں اور اس میں کسی شخص کی تخصیص نہیں ہے کہ کوئی مخصوص شخص ہی خواب دیکھ سکتا ہے۔ ہر آدمی کی زندگی خواب اور بیداری سے مرکب ہے۔ خواب مستقبل کی نشاندہی کرتے ہیں۔ آسمانی صحائف میں مستقبل کی نشاندہی کرنے والے خوابوں کا ایک سلسلہ ہے جو نوع انسانی کو تفکر کی دعوت دیتا ہے۔ خواب، بیداری، زمان و مکان سے متعلق علوم کی دستاویز قرآن ہے۔

❀❀❀

سوال: روحانی یا لاشعوری حرکات کیا ہیں....؟ مختصراً اور سادہ انداز میں اس سوال کی وضاحت کس طرح کی جاسکتی ہے....؟

(صباء قمر۔ راولپنڈی)

جواب: انسان مادی دنیا میں پیدا ہوتا ہے اور مادّے ہی کا ہو کر رہ جاتا ہے۔ ساری زندگی مادّے کے چکر میں رہتا ہے۔ یہ مال ہے، یہ اولاد ہے، یہ زمین ہے وغیرہ وغیرہ..... جیسے کبھی نہ ختم ہونے والے جنجال میں پھنستا چلا جاتا ہے لیکن کبھی اپنے مادی وجود کے در پردہ سرگرم روح سے متعارف ہونے کی کوشش نہیں کرتا۔ روح کوئی لاموجود شے نہیں ہے۔ روح ہی اصل انسان ہے۔ جب تک یہ روحانی انسان مادّی جسم کے ساتھ چمٹا رہتا ہے جسم متحرک رہتا ہے، دل حرکت کرتا رہتا ہے، پتلیاں جھپکتی رہتی ہیں، جسم حرکت کرتا رہتا ہے گویا جب تک روح سے اطلاعات مادّی جسم اور اس کے اعضاء پر نشر ہوتے رہتے ہیں جسم میں زندگی کی علامات پائی جاتی ہیں۔

حضور پاک ﷺ کی ایک حدیث ہے:

مرجاؤ مرنے سے پہلے....

ہم اس حدیث کا یہ مطلب سمجھتے ہیں کہ انسان کو چاہیے کہ وہ اپنی روح سے متعارف ہو کر مرنے کے بعد کی زندگی سے پہلے ہی واقف ہو جائے۔

یہ کس طرح ممکن ہے کہ انسان مرنے سے پہلے موت کے بعد کی زندگی سے واقف ہو جائے.....؟

جب ہم غور کرتے ہیں تو ہمیں اپنے شب و روز میں ایک حالت ایسی نظر آتی ہے جو اگرچہ موت نہیں ہے لیکن موت کی حالت سے ملتی جلتی ضرورت ہے۔ اگرچہ نیند کی حالت میں دل دھڑکتا ہے، دوران خون آہستہ ہونے کے باوجود خون کی گردش بہر حال رہتی ہے لیکن موت میں اور نیند کی حالت میں جو بات مشترک ہے وہ یہ کہ جسم بے حس و حرکت ہو جاتا ہے شعوری حواس معطل ہو جاتے ہیں جب ہم نیند کا تجزیہ کرتے ہیں تو دیکھتے ہیں کہ نیند کی حالت میں مادی جسم سے ماورا ایک اور جسم مصروف عمل ہو جاتا ہے۔ مثلاً کوئی شخص نیند میں دیکھتا ہے کہ میں ہواؤں میں اُڑ رہا ہوں کسی بڑے خوبصورت باغ میں ہوں، لندن میں ہوں لیکن اگر کوئی ہمیں ذرا سا ہلا دے تو ایک لمحے کے اندر سارے مناظر غائب ہو جاتے ہیں اور تمام فاصلہ سمٹ جاتا ہے اور ہم اپنے مادی وجود کے ساتھ جاگ اُٹھتے ہیں اکثر لوگ ایسے خواب ضرور دیکھتے ہیں جس کے بعد جسم پر خوف یا مسرت کے اثرات ضرور ظاہر ہوئے ہوں گے اس کے برعکس موت اس حالت کا نام ہے جب روح جسم کو چھوڑ دیتی ہے لیکن روح کی مصروفیت ختم نہیں ہوتیں۔

قلندر بابا اولیاءؒ فرماتے ہیں کہ روح ہمہ وقت متحرک رہتی ہے گویا روح لازوال شے ہے۔ روح پر موت طاری نہیں ہوتی۔ انسان جب اپنے لاشعوری حواس (خواب کے حواس) کو متحرک کر لیتا ہے تو بیداری میں اس پر ایسی واردات مرتب ہونے لگتی ہے جو خواب کی حالت سے ملتی ہیں اور انسان بیداری کی حالت میں لاشعوری کیفیات کا مشاہدہ کرتا ہے یہی لاشعوری دنیا موت کے بعد کی دنیا ہے.....کیونکہ موت کے بعد مادی یا شعوری زندگی ختم ہو جاتی ہے لیکن روحانی یا لاشعوری زندگی ختم نہیں ہوتی۔

❁❁❁

سوال: روحانیت کے موضوع پر میں نے آپ کی کتابوں کا مطالعہ کیا ہے۔ میری سمجھ میں یہ بات نہیں آتی کہ بندہ زمان و مکان کی قیود سے کیسے آزاد ہو؟

(سلیم احمد۔ اسلام آباد)

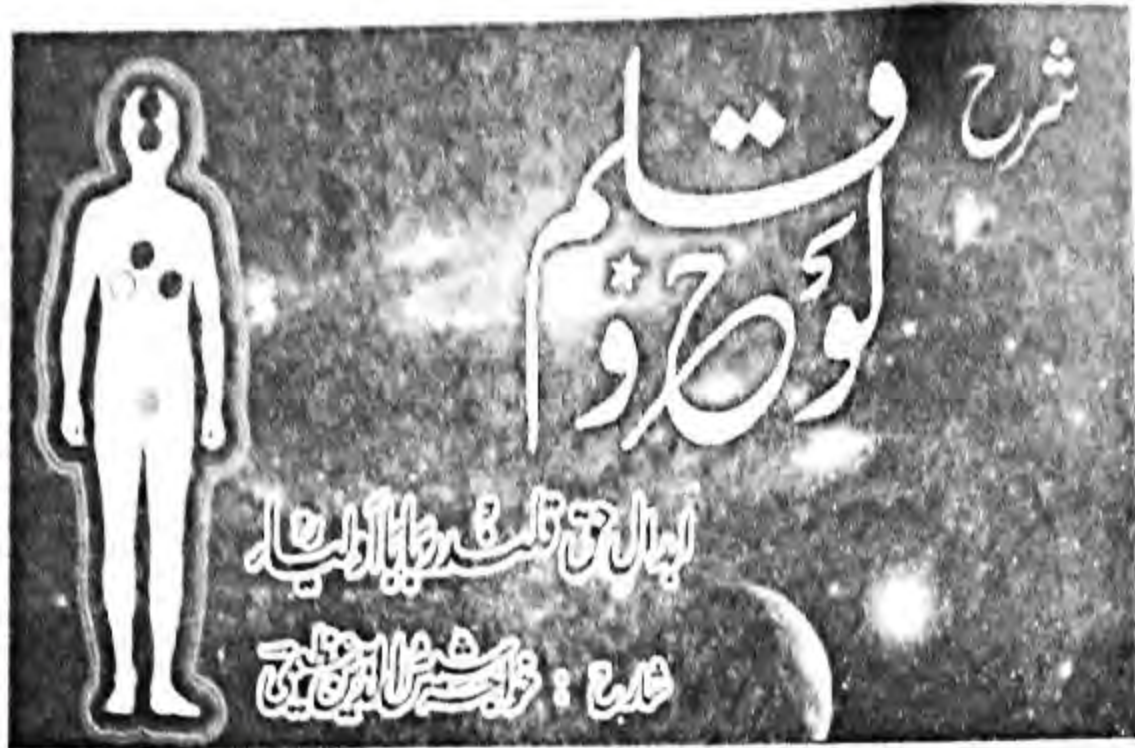
جواب: آپ نے ضرور خواب دیکھا ہو گا۔ خواب میں آدمی زمان و مکان سے آزاد ہو جاتا ہے جب کہ مادی جسم میں سانس کی آمد و رسد جاری رہتی ہے۔ اس طرح جب کوئی بندہ روحانی سیر کرتا ہے تو وہ بیداری میں خود کو آسمانوں میں دیکھتا ہے اور جسم زمین پر موجود رہتا ہے۔ روشنی کے اوپر یہ ساری دنیا قائم ہے۔ کوئی آدمی یہ نہیں کہہ سکتا کہ میں سورج کی روشنی کو قبول نہیں کروں گا تو سورج کی تپش مجھے متاثر نہیں کرے گی۔ لاشعور اس بات سے واقف ہے کہ روشنی کائنات کی بنیاد ہے۔ روحانیت کا علم حاصل کرنے والا بندہ دنیا کو زیادہ بہتر طریقہ سے جان لیتا ہے اور دنیا میں اچھے طریقے پر دلچسپی لیتا ہے انبیاء اور انبیاء کے وارث اولیاء اللہ کی مثالیں ہمارے سامنے ہیں۔

❁

حسبنا اللہ ونعم الوکیل
ترجمہ: "ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے"۔
(سورۂ آلِ عمران: آیت 173)
مراقبہ ہال ملتان
نگران: کنور محمد طارق عظیمی
947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان
پوسٹ کوڈ: 60600
فون نمبر: 061-6525331

نو کروڑ میل 3424 سال

"ادراک" کے معنی یہ ہیں کہ ہم کسی زمانیت یا مکانیت کا تذکرہ کر رہے ہیں۔

ادراک کیا ہے....؟

ادراک دراصل لمحات کی تقسیم ہے۔ ایسی تقسیم جو بڑے سے بڑے وقفے کو چھوٹی سے چھوٹی سمت میں بیان کردے اور چھوٹے سے چھوٹے وقفے کو بڑے سے بڑے وقفے میں تقسیم کر دے۔ لمحہ کوئی وقفہ نہیں ہے بلکہ ایسی اطلاع ہے جو اطلاع کھربوں حصے میں لمحے کو تقسیم کر دیتی ہے۔ یہی اطلاع لمحے کو طویل وقفے میں بیان کر کے کروڑوں سال میں محیط کر دیتی ہے۔ اسی سال کا بوڑھا جب اپنے بچپن کے واقعات سناتا ہے تو وہ ایک لمحہ میں اسی سال کے وقفوں کو بیان کر دیتا ہے۔ حالانکہ ہونا یہ چاہیے تھا کہ جس طرح بچپن سے اسی سال گزار کر آدمی اسی سال کا ہوا اسی طرح اسی سال بچپن میں جانے کے لیے وقت گزرتا۔ سو سال کا بوڑھا جب بچپن کا تذکرہ کرتا ہے تو اس کے اندر بچپن سے لے کر سو سال کا عرصہ فلم کی طرح لپٹ کر سامنے آجاتا ہے۔

سائنسدان زمین سے سورج کا فاصلہ نو کروڑ میل

کتاب لوح وقلم روحانی سائنس پر وہ منفرد کتاب ہے جس کے اندر کائناتی نظام اور تخلیق کے فارمولے بیان کیے گئے ہیں۔ ان فارمولوں کو سمجھانے کے لیے سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی نے روحانی طلباء اور طالبات کے لیے باقاعدہ لیکچرز کا سلسلہ شروع کیا جو تقریباً ساڑھے تین سال تک متواتر جاری رہا۔ یہ لیکچرز بعد میں کتابی صورت میں شائع کیے گئے۔ ان لیکچرز کو روحانی ڈائجسٹ کے صفحات پر پیش کیا جا رہا ہے تاکہ روحانی علوم سے دلچسپی رکھنے والے تمام قارئین حضرات وخواتین ان کے ذریعے آگاہی حاصل کرسکیں۔

بتاتے ہیں۔ ہم جب زمین پر کھڑے ہو کر سورج کو دیکھتے ہیں تو لمحے کے کروڑویں حصہ میں سورج کو دیکھ لیتے ہیں۔ جبکہ ہونا یہ چاہیے تھا کہ ہم نو کروڑ میل کا فاصلہ (ایک گھنٹہ میں تین میل کے حساب سے) تین ہزار چار سو بیس سال سفر کرکے سورج تک پہنچتے۔ اسی طرح دوسرے سیاروں کا تذکرہ آتا ہے کہ فلاں سیارہ سورج سے بھی دور ہے لیکن جب اس سیارے کی طرف متوجہ ہوتے ہیں تو وہ سیارہ آنکھوں کے سامنے آجاتا ہے۔ زمین سے سیارے کا فاصلہ کھربوں میل پر پھیلا ہوا ہے۔ ہم ایک لمحے میں اس فاصلے سے گزر جاتے ہیں، جو چیز کروڑوں میل کے فاصلے کو لمحے سے روشناس کرتی ہے، ادراک ہے۔ بتانا یہ مقصود ہے کہ انسان اور اللہ کے تعلق میں کسی قسم کا بعد نہیں ہوتا لیکن چونکہ ہم نے ادراک کے نقطہ نظر سے ادراک کی تقسیم کو بڑے سے بڑا وقفہ تسلیم کرلیا ہے اس لیے اللہ کے اور بندے کے درمیان بظاہر دوری نظر آتی ہے، جو نہیں ہے۔

ادراک دراصل ایک نقطہ ہے۔ اس نقطے کے پھیلاؤ کا نام ادراک اور سمٹنے کا نام بھی ادراک ہے۔ نقطہ جب سمٹتا ہے تو وقفے نظر انداز ہو جاتے ہیں اور جب نقطہ پھیلتا ہے تو فاصلے طویل ہو جاتے ہیں۔

روحانیت درس دیتی ہے کہ اس نقطے کو سمجھ کر نقطہ کی اس واردات سے رشتہ مستحکم کریں جو نقطہ کا سمٹنا ہے۔ اگر ہم اس نقطے کے سمٹنے سے رشتہ استوار کر لیتے ہیں تو ہمارے اور کائنات کے درمیان فاصلے معدوم ہو جاتے ہیں۔ اس کے برعکس نقطے کے پھیلاؤ سے رشتے قائم کرتے ہیں تو فاصلے طویل ہو جاتے ہیں۔ فاصلے کی طوالت کو ذہنی طور پر جتنا قبول کر لیتے ہیں اسی مناسبت سے ٹائم اسپیس کی گرفت زیادہ ہو جاتی ہے اور جس قدر ہم اپنے اوپر فاصلے اور وقفوں کا ہجوم توڑ دیتے ہیں اسی مناسبت سے فاصلے کی نفی کر دیتے ہیں اور ادراک کے اس زاویے میں قدم رکھ دیتے ہیں جہاں ٹائم اسپیس ختم ہو جاتا ہے۔ ہم یہ بتا چکے ہیں کہ ادراک زمان ہے اور ادراک کسی سیکنڈ کی کم سے کم کسر ہے۔ دوسری طرف ادراک طویل سے طویل وقفہ ہے۔ یہ دونوں ادراک کے دو رخ ہیں۔ ہر شخص ادراک کے اس طرز عمل سے ہر وقت گزرتا رہتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ہر انسان کو ادراک کے سمٹنے اور پھیلنے کی صلاحیتیں عطا کی ہیں۔

جب ہم نقطے کے سمٹنے کے ادراک کا تذکرہ کرتے ہیں تو خواب اور رات کی زندگی کا تذکرہ کرتے ہیں۔ جب ہم نقطے کے پھیلنے کا تذکرہ کرتے ہیں تو دن اور بیداری کا تذکرہ کرتے ہیں۔ ادراک کی دونوں طرزیں انسان میں موجود ہیں اور ہمہ وقت متحرک ہیں۔

ادراک ذہن کے علاوہ کچھ نہیں ہے یعنی ذہن جس طرح وقفوں کی پیمائش کرتا ہے وقفوں کی پیمائش چھوٹی کسر میں یا طویل وقفوں میں ہے دونوں ادراک کے دو رخ ہیں۔

جب اطلاع کا تذکرہ کرتے ہیں اس اطلاع میں ہمیں اس کے علاوہ کوئی بات نہیں ملتی کہ جہاں سے اطلاع چلی وہ بھی کسی کا ذہن ہے اور جس مقام پر اطلاع قبول کی گئی وہ بھی ذہن ہے۔ اطلاع دینے اور قبول کرنے والا ذہن ہے۔

(جاری ہے)

کتنی ہی چیزیں ایسی ہیں جنہیں ہماری آنکھ نہیں دیکھ سکتی۔ بہت چھوٹے ذرّات، ایٹم اور ایٹم میں الیکٹرون، پروٹان اور دیگر ایٹمی ذرات ہماری آنکھوں سے اوجھل رہتے ہیں۔ جیسے جیسے فاصلہ بڑھتا ہے ہم اشیاء کی صحیح ہیئت اور ان کی تفصیلات نہیں دیکھ سکتے۔ چند سو گز دور کا درخت اور اس کے پتے نظر نہیں آتے۔ عمارتیں اور ان کے خد و خال نگاہ کی توانائی کی وجہ سے دھندلے دکھائی دیتے ہیں۔

سائنسی علوم کہتے ہیں کہ ایٹم میں ارتعاش ہوتا ہے اور بعض حالتوں میں الیکٹرون ایک جگہ سے دوسری جگہ سفر کرتے ہیں۔ مائع میں مالیکیول بے ترتیب حرکت کرتے ہیں اور گیس میں ایٹم اور مالیکیول ایک جگہ سے دوسری جگہ اڑتے پھرتے ہیں۔ لیکن اشیاء ہمیں ساکت نظر آتی ہیں۔ بہت سی چیزیں ہمیں دکھائی نہیں دیتیں لیکن ان کے اثرات سے انہیں پہچانا جاتا ہے جیسے بجلی کا بہاؤ، مقناطیسی میدان اور دوسری بہت سی لہریں۔

جب ہم طبعی فارمولوں کو سامنے رکھتے ہوئے کسی ایجاد کی مدد لیتے ہیں تو بہت سی تفصیلات چھپی ہوئی چیزیں اور مستور زاویئے نظر آجاتے ہیں۔ جب خوردبین کا لینس آنکھوں کے سامنے آجاتا ہے تو چھوٹے سے چھوٹا جرثومہ، وائرس اور دیگر باریک ذرات دکھائی دینے لگتے ہیں۔ ''الیکٹرون مائکرو اسکوپ'' کے ذریعے الیکٹرون کا ہیولا نظر آجاتا ہے۔ دوربین کا عدسہ نگاہوں پر فٹ ہوجائے تو دور دراز کی چیزیں قریب نظر آنے لگتی ہیں۔ جس قسم اور جس طاقت کا لینس آنکھوں پر لگ جائے اسی مناسبت سے ان دیکھی چیزیں مشاہدہ بن جاتی ہیں۔

روحانی سائنس آدمی کی دو مادی آنکھوں کے علاوہ ایک اور نظر کا تذکرہ کرتی ہے اس نظر کو تیسری آنکھ کہا جاتا ہے کیونکہ یہ نگاہ گوشت پوست کی دو آنکھوں پر انحصار نہیں کرتی اور اس کا دائرہ عمل مادی آنکھوں کی نسبت لامتناہی ہے۔

تیسری آنکھ (Third Eye) :

روحانی علوم میں مشاہدے کا ذریعہ یا بصارت کا لینس ہے۔ جب تیسری آنکھ کام کرتی ہے تو نگاہ پر غیب بینی کا

کتنی ہی چیزیں ایسی ہیں جنہیں ہماری آنکھ نہیں دیکھ سکتی....

روحانی سائنس آدمی کی دو مادی آنکھوں کے علاوہ ایک اور نظر کا تذکرہ کرتی ہے اس نظر کو تیسری آنکھ کہا جاتا ہے۔

اولیاء اللہ کی ایسی بے شمار پیشین گوئیاں ہیں جن میں ماضی یا مستقبل کی نشاندہی موجود ہے۔

یکسر فٹ ہو جاتا ہے۔ غیب میں کیا حرکات ہو رہی ہیں وہ نگاہ کے سامنے آجاتی ہیں۔ آدمی چھپی ہوئی چیزوں کا مشاہدہ کرنے لگتا ہے اور اشیاء کے باطنی خدوخال نظر آجاتے ہیں۔ تیسری آنکھ ٹائم اور اسپیس کے دائروں میں جہاں چاہے بیک وقت دیکھ سکتی ہے۔ مادی حواس یا شعوری حواس میں ہم گوشت پوست کی آنکھ سے دیکھتے ہیں۔ اگر آنکھیں بند کرلی جائیں تو وہ اطلاعات جو روشنی کے ذریعے پردہ بصارت تک پہنچتی ہیں، رک جاتی ہیں اور ہمیں کچھ نظر نہیں آتا۔ یہ مادی آنکھوں کا عمل ہے جسے ظاہری بینائی بھی کہا جاتا ہے۔

عام طور سے مشہور ہے کہ ہم آنکھوں سے دیکھتے ہیں لیکن غور کرنے سے پتہ چلتا ہے کہ دیکھنے کے لئے صرف آنکھوں کا ہونا کافی نہیں ہے۔ اعصاب کا وہ نظام حذف کردیا جائے جو بصارت کے پردے سے اطلاع کو دماغ تک پہنچاتا ہے تو آنکھ موجود ہوتے ہوئے بھی آدمی کچھ دیکھ نہیں سکتا۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ بصارت کے میکانزم میں آنکھیں جزو ہیں کل نہیں۔ اکثر ایسا ہوتا ہے کہ کوئی شخص سویا ہوا ہے اور اس کی آنکھیں کھلی ہوئی ہیں لیکن وہ ماحول کی چیزوں کو دیکھ نہیں سکتا۔ روشنی، آنکھیں اور دماغ کا اعصابی نظام سب کچھ موجود ہوتا ہے پھر بھی اسے کچھ نظر نہیں آتا۔

اس مثال سے یہ بات سامنے آجاتی ہے کہ دیکھنے کے لیے ذہن کا متوجہ ہونا بھی ضروری ہے اگر توجہ شامل نہ ہو تو سارے عوامل کے باوجود آدمی کچھ نہیں دیکھ سکتا۔ اس کی دوسری مثال یہ ہے کہ اگر ہم گھر سے دفتر جائیں اور دفتر پہنچنے کے بعد کوئی پوچھے کہ راستے میں کیا کیا چیزیں دیکھیں تو ہم سب چیزوں کے نام نہیں گنوا سکتے صرف دو چیزیں یاد رہ جاتی ہیں جن کی طرف ہم متوجہ ہوتے ہیں یا وہ ہماری توجہ اپنی طرف کھینچ لیتی ہیں۔

ایک اور مثال یہ ہے کہ ہم گہری سوچ میں ڈوب جاتے ہیں تو گرد و پیش کی آوازوں اور آنکھوں کے سامنے پیش آنے والے واقعات کے بارے میں ہم کچھ نہیں بتا سکتے۔

اسی طرح ہم سو جاتے ہیں اور ہماری آنکھیں بند ہوتی ہیں تو بھی مختلف مناظر نگاہ کے سامنے آتے رہتے ہیں جسے ہم خواب دیکھنا کہتے ہیں۔ یہ بات بھی تواتر کے ساتھ تجربے میں آئی ہے کہ خواب میں یا نیم غنودگی میں کوئی واقعہ نظر آیا اور کچھ عرصہ بعد وہی واقعہ بیداری میں بھی پیش آگیا۔

روز مرہ کی ان مثالوں میں یہ بات مشترک ہے کہ مناظر کو دیکھتے وقت یا منظر کے عکس کو محسوس کرتے وقت ہماری مادی آنکھوں کا عمل دخل صفر ہوتا ہے۔ بتانا یہ مقصود ہے کہ انسانی نگاہ اپنے عمل میں مادی عوامل کی احتیاج سے آزاد ہے۔ ایک طرز میں وہ مادی آنکھ کے وسیلے سے حرکت کرتی ہے اور دوسری طرز میں اس کا عمل مادی آنکھوں کے عمل سے ماوراء ہے۔ نگاہ کا وہ رخ جو مادی آنکھ کے بغیر کام کرتا ہے باطنی نگاہ، اندرونی نظر یا تیسری آنکھ کہلاتا ہے۔

چھٹی حس (Six sense) یا تیسری آنکھ میں یہ فرق ہے کہ چھٹی حس کسی ماورائی بات کو چاہے وہ پیش آنے والی ہو یا ماضی میں گزر چکی ہو محسوس کرتی ہے اور آدمی اگر ذہنی یکسوئی کے ساتھ اس ماورائی اطلاع کی طرف متوجہ ہو جائے تو اسے آنے والے واقعات کا کافی حد تک ادراک ہو جاتا ہے اس کے برعکس اگر کسی انسان کے اندر تیسری آنکھ (جسے روح کی آنکھ بھی کہتے ہیں) کھل جائے تو ہم ہزاروں سال پہلے یا ہزاروں سال بعد کے آنے والے واقعات سے باخبر ہو جاتے ہیں۔

اولیاء اللہ کی ایسی بے شمار پیشین گوئیاں ہیں جن میں ماضی یا مستقبل کی نشاندہی موجود ہے تیسری آنکھ بیدار اور متحرک کرنے کے لئے ضروری ہے کہ انسان اپنی روح کا عرفان رکھتا ہو۔ روح کا عرفان حاصل کرنے کا آسان ترین طریقہ مراقبہ ہے۔

❄

ربع صدی پہلے

نومبر 1989ء کے شمارے کا سرورق

اس ماہ کے مضامین میں طوفان نوح، ادراک، آشوب چشم، نشہ مشکلات سے نجات دلاتا ہے۔ ملکہ خیز دان، درویش کی دعا، حیات بعد از موت، بھیڑیا نما انسانی بچے، حشر بپا ہے، اپنیڈکس کا درد، وھیل مچھلی، حضرت زینب بنت رسول ﷺ، معرفت عشق، آنکھوں کی حفاظت کیجیے، تیرتی لاشیں، بیت المقدس کا فاتح، حضرت ابو سلیمان دارانی، الیعقوبی جبکہ سلسلہ وار مضامین میں نور الٰہی نور نبوت، آواز دوست، صاحب خلق عظیم ﷺ، علم الاعداد اور انسان، گیارہ ہزار فریکوئینسی، پیرا سائیکلوجی، خلائی مہمان، اللہ رکھی، محفل مراقبہ، آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب کردہ تحریر "کائنات کا ایک سیکنڈ" قارئین کے ذوق مطالعہ کے لیے دی جا رہی ہے۔

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ کائنات پھیل رہی ہے ہم زمین سے جس سمت بھی نگاہ دوڑاتے ہیں کائنات میں موجود ہزاروں کہکشائیں ہم سے پرے ہٹتی ہوئی مشاہدہ میں آتی ہیں۔ زمین سے نسبتاً قریب کی کہکشائیں کم رفتار سے جبکہ دور کی کہکشاؤں کے پرے ہٹنے کی رفتار بہت زیادہ ہے۔ کہکشاؤں کے اس طرح پرے ہٹنے سے یہ اندازہ لگانا زیادہ مشکل نہیں کہ آج سے کروڑوں اربوں سال پہلے کہکشائیں لازمی طور پر ایک دوسرے سے قریب تھیں اگر ہم وقت کے دھارے میں سفر کرتے ہوئے اپنے تصور کو ماضی میں لے جائیں تو منطقی طور پر ہم اس نتیجہ پر پہنچتے ہیں کہ کائنات اپنی ابتدائی دور میں آج کے مقابلہ میں زیادہ گنجان تھی۔ تقریباً دس سے بیس بلیین سال پہلے کائنات کا تمام مادہ ایک مرکز پر مجتمع تھا۔ یہ مرکز

انتہائی کثیف حالت میں تھا۔

دوسرے الفاظ میں یہ کہا جاسکتا ہے کہ یہ بلیک ہول (سیاہ سوراخ) تھا کائنات کی اس شکل کو سائنسدانوں نے اکائی کا نام دیا اور اس کو وحدت بھی کہہ سکتے ہیں۔ اگر سائنسدانوں کے اس تصور کو صحیح تسلیم کرلیا جائے تو اس کا مطلب یہ نکلتا ہے کہ کائنات کی ابتدا اکائی یعنی وحدت سے ہوئی۔

ہمارا موجودہ حسابی علم کائنات کی اس حالت کی تشریح کرنے سے قاصر ہے جب مادہ انتہائی کثیف شکل میں ہوتا ہے تو اس وقت زمان و مکان کے آپس میں رشتے بری طرح متاثر ہوتے ہوئے دکھائی دیتے ہیں اس کے علاوہ طبیعات کے مروجہ اور معلوم اصول بھی درہم برہم دکھائی دیتے ہیں۔

زمان و مکان کے حوالے سے ہٹ کر طبیعات کے اصولوں کو پس پشت ڈال کر کائنات کی ابتدا کے بارے میں سوال کا جواب دینا انتہائی کٹھن کام ہے۔ کائنات کی تشکیل کے ابتدائی عرصہ میں کون سے مظاہر ظہور پذید ہوئے اس قسم کے سوالوں کے جواب دینے سے فلکیات دان خاموش رہے ہیں اس کی وجہ یہ تھی کہ کائنات کے راز اور ایسے سوالات فلکیات دانوں کے لیے ایک چیلنج بنے رہے ہیں اس سلسلہ میں کچھ پیش رفت ہوئی اور پچھلی ایک دھائی کے دوران کائنات اور اس کے رازوں سے پردہ اٹھانے کا بہت سا کام ہوا یکے بعد دیگرے کئی سوالوں کے جوابات معلوم ہوتے چلے گئے آخر کار ایک مسئلہ درپیش ہوا جس کا جواب ابھی تک سائنسدانوں کے لیے ایک بڑا چیلنج ہے اور وہ ہے (اکائی) کا مسئلہ۔

اکائی کائنات کے عام مادے کی اس حالت کو کہا جاتا ہے جب وہ ایک مرکز پر مجتمع تھا۔ اب سائنسدان یہ سوچ رہے ہیں کہ شاید کائنات کی ابتداء اکائی سے نہیں ہوئی۔ اس نئی سوچ کے نتیجے کے طور پر اب سائنسدان بالکل نئے نظریات کی طرف آرہے ہیں۔

ہمارا موجودہ علم اکائی کی تشریح کس طرح کرسکتا ہے اس بات کو سمجھنے کے لیے سب سے بہتر طریقہ یہ ہے کہ کائنات کے ارتقاء کے تصور کو اس طرح ذہن میں لایا جائے کہ یہ کمروں کی ایک طویل قطار ہے اور ہر کمرہ تاریخ کے مختلف دور کو ظاہر کرتا ہے ان کمروں کی ترتیب اس طرح ہے کہ پہلے کمرہ سے آخری کمرے تک پہنچنے کے لیے ان کمروں کے اندر سے گزرنا پڑتا ہے کائنات کی تاریخ کا مطالعہ کرنے کے لیے پہلے کمرہ سے سفر شروع کرکے آخری کمرہ تک پہنچنا ہوگا کمروں کی اس قطار کا آخری کمرہ اکائی کا کمرہ ہے۔ سائنسدان موجودہ علم کی رہنمائی میں پہلے کمرہ سے گزرتے ہوئے اس آخری کمرہ یعنی اکائی کے کمرہ کے دروازہ پر پہنچ چکے ہیں۔

کائنات کی ارتقاء کا سارا مطالعہ موجودہ دور سے شروع ہوکر ماضی کی طرف کیا گیا ہے یعنی آخری کمرہ دراصل پہلا کمرہ ہے اور ہمارا مطالعہ حال سے ماضی کی طرف ہے موجودہ زمانہ میں جبکہ کائنات بہت پھیل چکی ہے اور ماضی کے مقابلہ میں قدرے سرد بھی ہوچکی ہے اس میں مادہ ایٹموں کی شکل میں قائم ہے۔

جب ہم اپنے تصور میں حال سے ماضی کی طرف سفر کرتے ہیں دوسرے الفاظ میں کمروں کی طویل قطار کے پہلے کمرہ میں سے گزرتے ہوئے سفر شروع کرتے ہیں تو ہمیں اس امر کا مشاہدہ ہوتا ہے کہ درجہ

حرارت بتدریج بڑھتا چلا جاتا ہے۔اس سفر کے دوران جب ہم ایک ایسے کمرہ کے دروازہ پر پہنچتے ہیں جس کے اوپر لکھا ہوا ہے کہ بگ بینگ سے پانچ لاکھ سال بعد اس کمرہ میں سے گزرتے ہوئے ہم محسوس کرتے ہیں کہ مادہ کا درجہ حرارت انتہائی بلند ہے اس کے نتیجہ میں ذرات کے درمیان ٹکراؤ بھی انتہائی شدید نوعیت کا ہے اتنا شدید کہ ایٹم کا قیام ممکن نہیں ہے اس کمرہ میں مادہ مرکزوں (نیوکلیس) کی شکل میں ہے اس میں الیکٹران آزاد اور غیر مقید حالت میں موجود ہیں مادہ کی اس حالت کو طبیعات دان پلازما... کہتے ہیں پلازما کے کمرہ سے گزرنے کے بعد ایک اور کمرہ کے دروازہ پر پہنچ جاتے ہیں اس کے دروازہ پر لکھا ہوا ہے تین منٹ بعد از بگ بینگ اس کمرے کے اندر مادہ کے ذرّوں کے درمیان تصادم شدید ہے لیکن پہلے کی نسبت قدرے کم یہاں مادہ ایسے ذرّات پر مشتمل ہے جن میں توانائی موجود ہے یہاں بھی مادہ ایٹموں کی شکل اختیار نہیں کر سکتا صرف مرکزوں کی صورت میں ہے اس سے اگلے کمرہ کے دروازے پر درج ہے سو مائیکرو سیکنڈ بعد از بگ بینگ اس میں ذرات اکٹھے نہیں رہ سکتے اور اس کمرہ سے گزرنے کے بعد پہلے کمرہ کے دروازہ پر جب ہم پہنچتے ہیں تو دیکھتے ہیں کہ دروازہ پر لکھا ہے بگ بینگ سے ایک سیکنڈ کا سو کھربواں حصہ بعد یہاں مادہ میں توانائی اس قدر زیادہ ہے کہ کمزور قوتوں اور الیکٹرو میگنیٹک قوتوں کے درمیان کوئی شناخت باقی نہیں رہتی چار بنیادی قوتیں تین قوتوں میں بدل جاتی ہیں۔

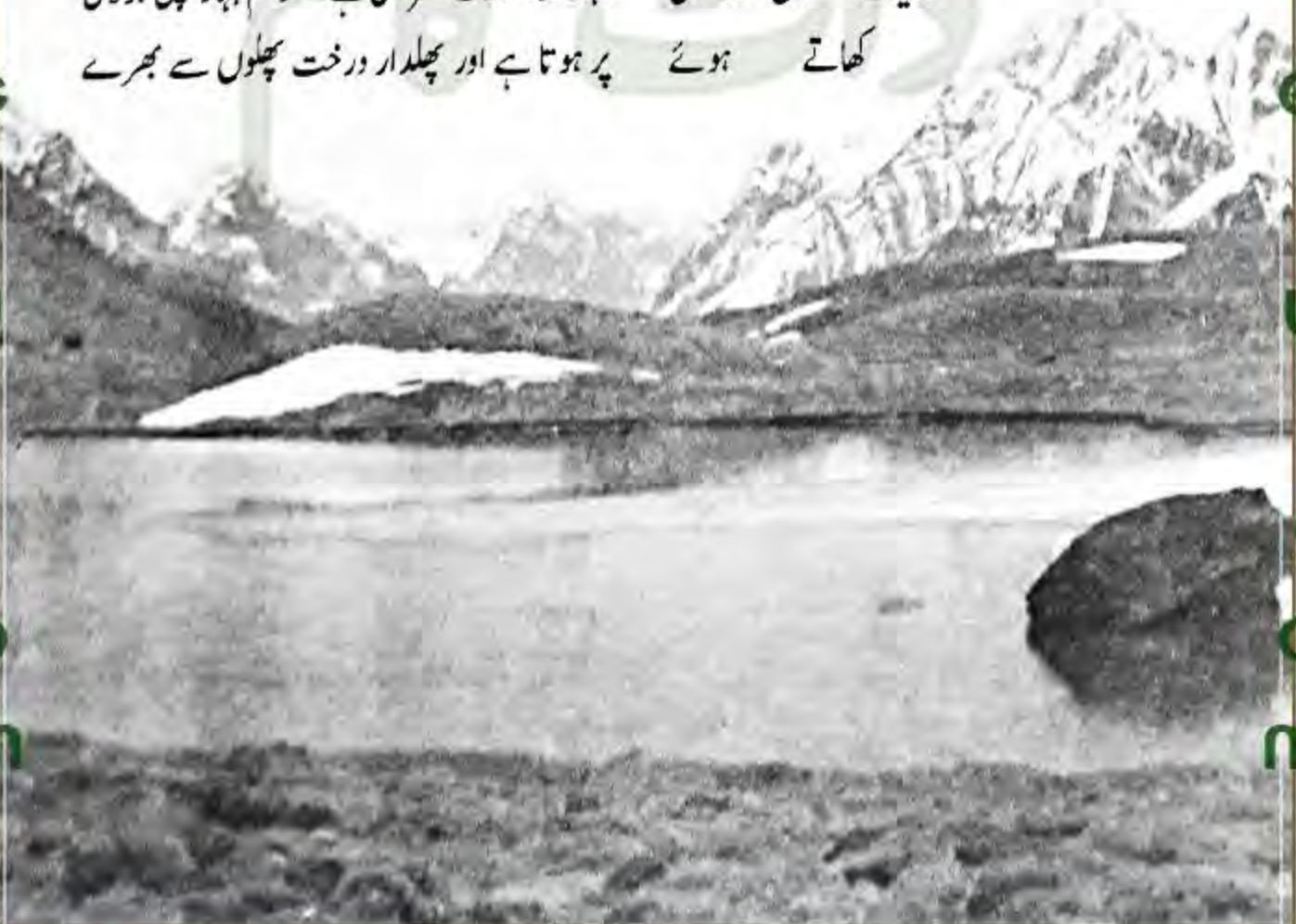
❖

یہ ہے پاکستان

سطح سمندر سے تین ہزار سات سو فٹ بلند خوبصورت وادی....

وادئ چترال

ہندوکش کے پہاڑی سلسلے کی چوٹیوں اور جنگلات سے گھری چترال کی وادی سطح سمندر سے تین ہزار سات سو فٹ بلند ہے۔ چترال کی وادی کوہ پیماؤں کے لیے ایک آئیڈیل مقام ہے۔ گرمیوں میں چترال کا موسم خوشگوار ہوتا ہے۔ سردیوں میں سخت ٹھنڈ ہوتی ہے۔ بہار کا موسم ناقابل پیشن گوئی ہوتا ہے۔ اس میں اکثر بارشیں بھی ہوتی ہیں اور برف باری بھی۔ خزاں میں ہلکا اور خوشگوار موسم ہوتا ہے اور درجہ حرارت زیادہ نہیں ہوتا۔

دریائے مستوج کے بل کھاتے ہوئے نظارے کے ساتھ وادی چترال اپریل کے مہینے میں بہت خوبصورت نظر آتی ہے۔ موسم بہار اپنی جولانی پر ہوتا ہے اور پھلدار درخت پھلوں سے بھرے

ہے۔ 1518 میٹر کی بلندی پر واقع ہے۔ اس شہر میں ایک بڑی مسجد شاہی مسجد ہے جو ترچ میر کی چوٹی کی اترائی پر واقع ہے۔ پرانے زمانے کے حکمرانوں کے قلعے اور گھر قابل دید مقامات ہیں۔ چترال کے بازاروں میں خوبصورت دستکاریاں دستیاب ہوتی ہیں۔ چترال میں اپریل سے جولائی تک کئی پولو ٹورنامنٹ منعقد ہوتے ہیں۔

ہوتے ہیں اور اکتوبر میں جب درختوں کے پتے دوبارہ بہار دیتے ہیں۔ سردیوں میں یہ وادی برف سے ڈھکی ہوتی ہے۔

چترال اور دوسرے شمالی علاقہ جات میں برطانیہ کے افسران اور گھڑ سواروں نے پولو کا کھیل رائج کیا تھا۔ یہاں دنیا کا سب سے بہترین پولو گراؤنڈ ہے۔ جہاں آج بھی روایتی طریقہ سے پولو کھیلا جاتا ہے۔ چترال اپنے قدیم کیلاش قبیلہ سیاحوں کی چترال میں دلچسپی کا ایک اور سبب ہے پوری دنیا سے الگ تھلگ 3,000 بگان قبیلے اس وادی میں آباد ہیں جو اپنی الگ شناخت، رسوم و رواج اور مذہب رکھتے ہیں۔ ان کی رنگارنگ ثقافت سیاحوں کو اپنی طرف کھینچتی ہیں۔

کیلاش کے لوگ موسیقی اور رقص کے شوقین ہیں۔ ہر سال چودہ اور پندرہ مئی کو ان کا مذہبی میلہ منعقد ہوتا ہے۔ جو شی کہلاتا ہے۔ بیس سے پچیس ستمبر کو پھول اور اٹھارہ سے اکیس دسمبر کو چواس میلہ منعقد ہوتا ہے۔

چترال کے قابل دید مقامات

چترال ٹاؤن جو دریائے چترال کی بدولت قائم

برموگھلاش

یہ 9000 فٹ بلندی پر واقع ہے۔ یہاں کہانیوں جیسے پرانے حکمرانوں کے محلات واقع ہیں جو دیکھنے سے تعلق رکھتے ہیں۔

یہاں سے ترچ میر اور دوسری وادیوں کا نظارہ بہت خوبصورت لگتا ہے۔ یہ وادی 2743 میٹر بلند ہے اور اس تک صرف قدموں سے چڑھ کر پہنچا جا سکتا ہے۔

گریم گھشم

یہ وادی 1859 میٹر بلند ہے۔ اس وادی میں خوبصورت مناظر دیکھنے کو ملتے ہیں۔ یہاں آرجڈ سے بھرے میدان اور برف سے ڈھکی چوٹیاں خوبصورت اور حسین نظارہ دیتی ہیں اور آنکھوں کو انہیں دیکھنے سے ٹھنڈک ملتی ہے۔ یہاں کی دلچسپ چیز اُبلتے ہوئے سلفر کے چشمے ہیں جو اپنے گرم اثرات کی وجہ سے بہت سی جلدی بیماریوں اور سر درد میں فائدہ دیتے ہیں۔

بریر

یہ چترال کے انتہائی شمال میں چوٹی پر واقع وادی ہے۔ جو چترال ٹاؤن سے چوبیس کلو میٹر دور ہے۔ یہ ان لوگوں کے لیے بہترین ہے جو ٹریکنگ کے عادی نہیں۔

لمبورٹ

یہ چترال سے چھتیس کلو میٹر پر واقع ہے۔ یہ سب سے بڑی اور پرکشش کیلاش وادی ہے۔

رمبور

یہ چترال ٹاؤن سے بتیس کلو میٹر دور ہے۔ یہاں لوگ پہاڑ پر واقع گاؤں میں رہتے ہیں۔ ان کے گھر تختوں سے بنے ہیں۔ زیادہ تر مکانات ڈبل اسٹوری ہیں۔ یہاں کے رہنے والے کافر کیلاش کے نام سے جانے جاتے ہیں۔ یہ پرانے زمانے کے بگان قبائل ہیں۔ یہ کیلاش کے لوگ یہاں کی آبادی سے خود کو متمیز کرنے کے لیے خاص قسم کی اونی ٹوپیاں بنتے ہیں۔ جو گھر میں بنے ہوئے سوت اور اون سے بنے ہوتے ہیں۔ جن کے رنگ سرمئی، سبز یا نیلے ہوتے ہیں۔ اس کے ساتھ یہ اون کی بنی ہوئی لمبی بیلٹ پہنتے ہیں اور ان کے جوتے اکثر بکری کی کھال سے بنے ہوتے ہیں جن پر اون یا چمڑے کے فیتے لگے ہوتے ہیں۔

عورتیں عموماً گرمیوں میں سوتی سیاہ رنگ کا گاؤن پہنتی ہیں۔ اور سردیوں میں اون کا بنا ہوا گاؤن یا چوغہ پہنتی ہیں۔ ان کے سر پر اوڑھنے والی ٹوپی کافی خوبصورت ہوتی ہے۔ اس میں ایک ٹیکا سا بنا ہوتا ہے جس میں مختلف جانوروں کے شیل، بٹن اور کڑھائی کا کام ہوتا ہے اور اس گاؤن والے تمن پونڈ ہوتا ہے۔

وادی چترال جانے کے لیے 365 کلو میٹر کا فاصلہ طے کرنا پڑتا ہے۔ چنانچہ 3.1182 میٹر بلند لاواری پاس سے گزر کر وادیٔ چترال کا سفر طے کیا جاتا ہے۔ جبکہ گلگت سے جیپ کے ذریعہ شندور پاس سے گزر کر وادیٔ چترال میں داخل ہوا جاسکتا ہے۔

شندور پاس کی بلندی 3,734 میٹر ہے۔

چترال کے شاہی بازار میں دستکاری کی مختلف اقسام دستیاب ہیں۔ روایتی کڑھائی سے بنے کرتے، قالین، بیگ، چترالی ٹوپیاں، لکڑی کی کندہ کاری کی چیزیں، قیمتی قالین، چترال کے بازار سے بطور یادگار خریدے جا سکتے ہیں۔

چترال کا رقبہ 320 کلومیٹر، فاصلہ پشاور سے 227 کلومیٹر اور گلگت سے فاصلہ 405 کلومیٹر ہے۔

چترال کے قریب جنگلات میں شکار کے مواقع موجود ہیں۔ جبکہ کوہ پیما قریبی پہاڑوں پر کوہ پیمائی کر کے سلسلہ کوہ ہندوکش کو سر کر سکتے ہیں۔

چترال کے دریاؤں میں وافر مقدار میں مچھلیاں پائی جاتی ہیں۔ خصوصاً بونی کوہ میں جو ٹراؤٹ کے لیے مشہور ہے۔ ٹراؤٹ چترال اور بمبورت میں بھی پائی جاتی ہیں۔ ماہی گیری کی یہ اجازت اپریل سے ستمبر کے مہینوں میں ہوتی ہے۔ یہاں پر کوہ پیمائی اور مہم جوئی کے کافی مواقع موجود ہیں۔ اس کے علاوہ جیپ سے سفر کرنے کا ذریعہ بھی موجود ہے۔ بذریعہ سڑک چترال جانے میں بارہ گھنٹے لگتے ہیں۔ راستے میں مالاکنڈ، دیر، لواری پاس آتے ہیں۔ لوار پاس، برف باری کے دنوں میں یہ راستہ بند ہو سکتا ہے۔ گلگت سے بذریعہ جیپ چترال کا سفر ستائیس گھنٹوں کا ہے۔ راستے میں شندور پاس جس میں راستے میں 406 کلومیٹر کی چڑھائی بھی آتی ہے۔ دوسرا راستہ سوات کا ہے جس میں 200 کلومیٹر کی چڑھائی آتی ہے۔

چترال ہاتھوں سے بنے ہوئے اونی میٹریل کے لیے مشہور ہے۔ اسے شو کہتے ہیں جو سفید، سیاہ اور قدرتی رنگوں میں دستیاب ہے۔ اس کے علاوہ اونی چوغے، رنگارنگ اونی قالین، کڑھی ہوئی لینن، بیگز، ہیلمٹز، گھڑیاں، موسیقی کے آلات، جوتے، قمیض کے کالرز اور آستینیں اور قیمتی نوادرات چترال میں ملتے ہیں۔

کیلاش وادی میں لکڑی کی خاص قسم کی کرسیاں ملتی ہیں۔ کیلاش کے قبائلی لباس بھی باآسانی مل جاتے ہیں۔

تبصرے کے لیے کتاب کی دو جلدیں ارسال کریں....

خواجہ غلام فرید کے مذہبی افکار

تحریر و تحقیق: پروفیسر ڈاکٹر حافظ شکیل اوج

ناشر: مجلس تفسیر، جامعہ کراچی

ہدیہ: 300 روپے

صفحات: 190

تاریخ شاہد ہے کہ صدیوں سے اولیاء اللہ اپنے علم و فضل سے شاگردوں، مریدوں اور ساتھیوں کو باطنی اور روحانی علوم کے ساتھ ساتھ سائنسی اور فنی علوم بھی تعلیم کرتے رہے ہیں۔ خانقاہوں کو علم و فضل اور درس و تدریس کے اہم اور ضروری مرکز کی حیثیت ہمیشہ حاصل رہی ہے۔

زیرِ تبصرہ کتاب خواجہ غلام فرید کے مذہبی افکار آپ کے علمی و فکری جواہر پاروں کا مجموعہ ہے۔ جو مختلف مجالس میں قائم کیے گئے سوالات اور ان کے جوابات سے حاصل کردہ آپ کے ملفوظات پر مشتمل ہیں۔ یہ ملفوظات اہمیت کے حامل اس لئے بھی ہیں کہ ان میں سے پچانوے فیصد آپ نے خود پڑھے اور ان ملفوظات کا بعد میں مقابیس المجالس کے نام سے اردو میں ترجمہ کیا گیا۔ کتاب کا ماخذ بھی اردو ترجمہ مقابیس المجالس ہے۔ جس میں توحید و رسالت کے علاوہ تاریخ، عالم، جغرافیہ، سوانح، موسمیات، فلکیات شماریات الغرض رموز کائنات سے متعلق کئی موضوعات پر خواجہ غلام فرید کی گفتگو موجود ہے۔ ملفوظات کو عنوانات کے لحاظ بارہ ابواب میں تقسیم کیا گیا ہے۔ ہر باب میں موضوع کے اعتبار سے سوال و جواب کے مخصوص مجلسی اور تدریسی انداز کو قائم رکھا گیا ہے جس سے موضوع اور اس کے جواب کو سمجھنا ایک عام قاری کے لئے آسان ہو جاتا ہے۔ قاری کی سہولت کے لئے مشکل الفاظ اور عبارات کے معنی اور تشریحات کو علیحدہ بریکٹ میں واضح کیا گیا ہے۔ ابتدائی ۳۷ صفحات کلماتِ تنقیح جسے جناب اعظم سعیدی نے تحریر کیا ہے، ڈاکٹر جاوید چانڈیو کے تاثرات اور ڈاکٹر شکیل کے کلماتِ آغاز میں کتاب کے مفصل تعارف پر مشتمل ہیں۔ ڈاکٹر حافظ شکیل اوج صاحب کا یہ علمی فن پارہ صوفی ادب میں ایک بیش بہا قیمتی نذرانہ ہے۔

بچوں کا
روحانی ڈائجسٹ
آیان خان۔ کراچی
عائزہ خان۔ کراچی
امان شاہ۔ حیدر آباد
حسان خان۔ کراچی

سفید کبوتری

مدیحہ امتیاز۔مظفرآباد

اس بڑی سی دنیا کے کسی حصے میں ایک سرسبز اور شاداب جنگل تھا۔ جس کے بیچوں بیچ ایک نہر بہتی تھی۔ یہیں ایک سفید کبوتری اپنے ایک بچے کے ساتھ بڑے چین و آرام سے رہتی تھی۔ ایک دن کبوتری دانے دُنکے کی تلاش میں اپنے گھونسلے سے نکلی۔ تھوڑی دیر بعد جب وہ واپس آئی تو اس نے دیکھا کہ اس کے بچے گھونسلے میں نہیں ہے۔

اس نے اپنے بچے کو گھونسلے کے آس پاس بہت ڈھونڈا لیکن اس کا کہیں پتانہ چلا۔ کبوتری کا ننھا سا دل غم سے بھر گیا۔ وہ اُڑتی رہی۔ اُڑتی رہی۔ ہر طرف اپنے بچے کو تلاش کرتی رہی۔ وہ کہیں نہ ملا۔ آخر تھک ہار کر وہ نہر کے کنارے آ بیٹھی اور رنج اور غم کے مارے رونے لگی۔

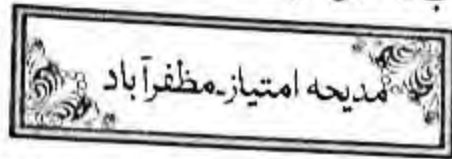
وہیں ایک مچھلی پانی میں تیر رہی تھی۔ اس نے جو کبوتری کو اس طرح روتے دیکھا تو پانی میں سے سر نکالا اور بولی، "اے خوبصورت کبوتری! تم پر کیا مصیبت آئی ہے جو اس طرح رو رہی ہو....؟"

کبوتری نے جواب دیا، "آج جب میں اپنے گھونسلے میں واپس آئی تو میں نے دیکھا کہ میرا چھوٹا سا بچے وہاں نہیں تھا۔

مچھلی نے کہا"میں بھی تمہاری طرح ایک ماں ہوں اور میں سمجھتی ہوں کہ تمہیں اس وقت کتنا رنج ہو گا۔"

"میں تمہارے بچے کو ڈھونڈنے میں تمہاری مدد کروں گی۔

کبوتری نے کہا، "تمہاری اس مہربانی کا شکریہ لیکن وہ تو پرندہ ہے۔پانی میں نہیں رہ سکتا۔"

مچھلی بولی، "ہو سکتا ہے اسے پیاس لگی ہو اور وہ پانی پینے نہر میں آیا ہو۔اس لیے میں اس کو ڈھونڈنے جاتی ہوں۔ تم بھی اسے ڈھونڈو۔"

کبوتری نے مچھلی کا شکریہ ادا کیا اور اسے اللہ حافظ کہہ کر اپنے بچے کی تلاش میں نکل گئی۔ بڑی دیر تک وہ اسے ڈھونڈتی رہی لیکن جب وہ نہ ملا تو تھک ہار کر ایک کھیت میں زمین پر بیٹھ کر رونے لگی۔

ایک خرگوش کھیت میں بیٹھا ناشتہ کر رہا تھا، وہ اس کے پاس آیا اور پوچھنے لگا، "کیا بات ہے؟ کیوں رو رہی ہو....؟ اگر بھوکی ہو تو میں تمہیں اس کھیت میں لے چلتا ہوں۔ یہاں تمہارے کھانے پینے کے لیے بہت مزیدار چیزیں ہیں۔"

کبوتری نے روتے ہوئے جواب دیا، "میں بھوکی نہیں ہوں۔"

"میں اس لیے رو رہی ہوں کہ میرا پیارا چھوٹا سا بچہ کھو گیا ہے۔ صبح سے یہ وقت ہو گیا ہے، وہ مجھے نہیں ملا۔ میں نے ہر طرف اسے تلاش کر لیا ہے۔"

خرگوش نے کبوتری کو تسلّی دی اور کہنے لگا، "میں تمہارے بچے کو تلاش کرنے میں تمہاری مدد کروں گا۔ جتنی تیزی سے میں دوڑ سکتا ہوں، دوڑوں گا اور سارے جنگل میں اسے تلاش کروں گا۔"

کبوتری نے اس کا شکریہ ادا کیا اور اُڑ گئی۔

خرگوش بھی کبوتری کے بچے کو جنگل میں تلاش کرنے کے لیے روانہ ہوگیا۔

اپنے بچے کی تلاش میں اڑتے اڑتے کبوتری کی نگاہ ایک گدھے پر پڑی جو ایک سبزہ زار میں کھڑا گھاس چر رہا تھا۔ وہ اس کے پاس آئی اور پوچھنے لگی، "کیا تم نے ایک چھوٹا سا سفید کبوتر دیکھا ہے....؟"

گدھے نے اپنی پوری حماقت کے ساتھ جواب دیا، "کیا تم نے آج تک کوئی گدھا ایسا دیکھا ہے جو سر اٹھا کر آسمان کی طرف دیکھتا ہو؟ ہم گدھے ہمیشہ یا تو گھاس کھاتے رہتے ہیں یا بوجھ اٹھائے چلتے رہتے ہیں۔ دونوں حالتوں میں ہمارا سر نیچے جھکا رہتا ہے۔"

اسی دوران ایک کالی بلی وہاں آگئی اور پوچھنے لگی، "کیا بات ہے....؟"

گدھے نے کہا، "اس کبوتری کا بچہ کھو گیا ہے۔ تم نے تو اسے نہیں دیکھا....؟"

بلی بولی، "افسوس کہ میں نے اسے نہیں دیکھا۔ اگر وہ مجھے مل جاتا تو میرے ناشتے کا انتظام ہو جاتا۔"

یہ الفاظ سن کر کبوتری رونے لگی۔

بلی کبوتری کو روتا دیکھ کر بولی "تم اپنے آپ کو میرے حوالے کر دو تاکہ میں تمہیں کھا جاؤں۔ اس طرح تمہارا غم بھی مٹ جائے گا اور میری بھوک کا علاج بھی ہو جائے گا۔"

گدھا بلی کی یہ باتیں سن کر غصے میں آ گیا اور ڈانٹ کر بلی سے کہنے لگا، "اگر تو اسی وقت یہاں سے چلی نہ گئی تو تیرے ایسی لات رسید کروں گا کہ تو گاؤں کے بھوکے کتوں کے پاس جا پڑے گی۔"

بلی نے جو یہ بات سنی تو وہاں سے بھاگ جانے میں ہی اپنی خیریت سمجھی۔

بلی کے جانے کے بعد گدھا کبوتری سے بولا، "جلدی کرو۔ رات آرہی ہے۔ تم اڑ جاؤ۔ بلی کی باتوں سے خود کو ہلکان نہ کرو۔"

کبوتری نے گدھے کا شکریہ ادا کیا اور اسے اللہ حافظ کہہ کر پھر اپنے بچے کی تلاش میں اڑ گئی۔

اب رات کی سیاہ چادر آہستہ آہستہ پھیلتی جا رہی تھی۔ تھکی ہاری، غم زدہ کبوتری نے اپنے گھونسلے کا رخ کیا۔ جب وہ گھونسلے میں پہنچی تو خوشی سے چلّا اٹھی، "میرے بچے!"

اس کا ننھا سفید بچہ گھونسلے میں بیٹھا ہوا تھا۔

کبوتری کی آنکھوں سے خوشی سے آنسو جاری ہو گئے، اس نے اپنے بچے سے پوچھا، "تم کہاں تھے....؟"

"میں ذرا ادھر ادھر سیر کرنے گھونسلے سے نکل گیا تھا لیکن جب واپس آنے کے لیے پلٹا تو گھر کا راستہ بھول گیا۔"

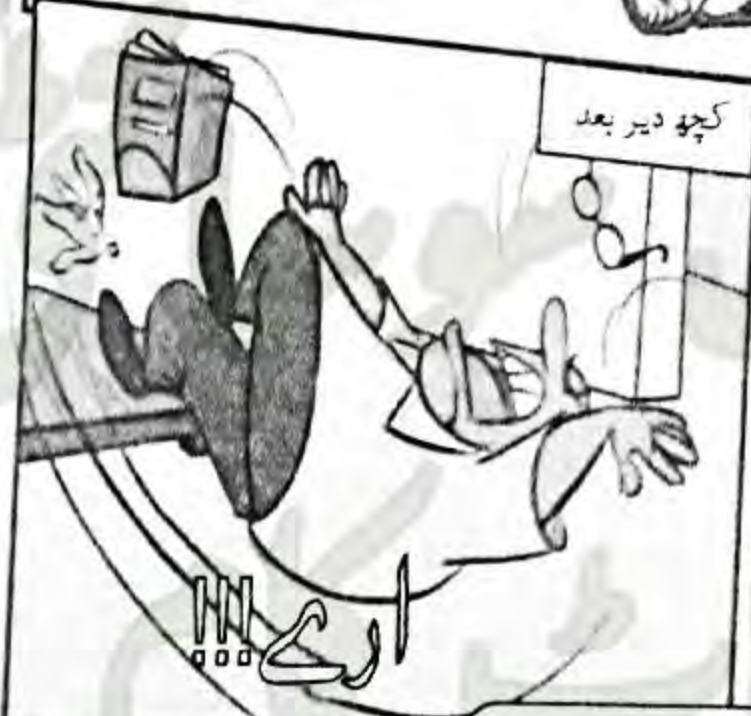
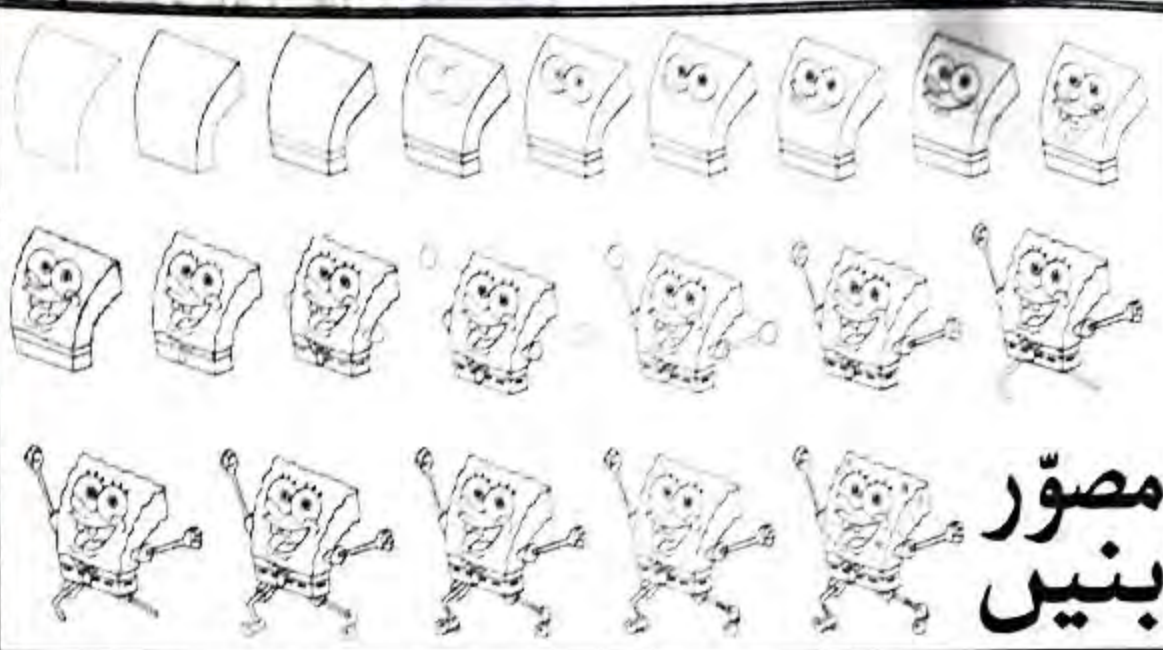
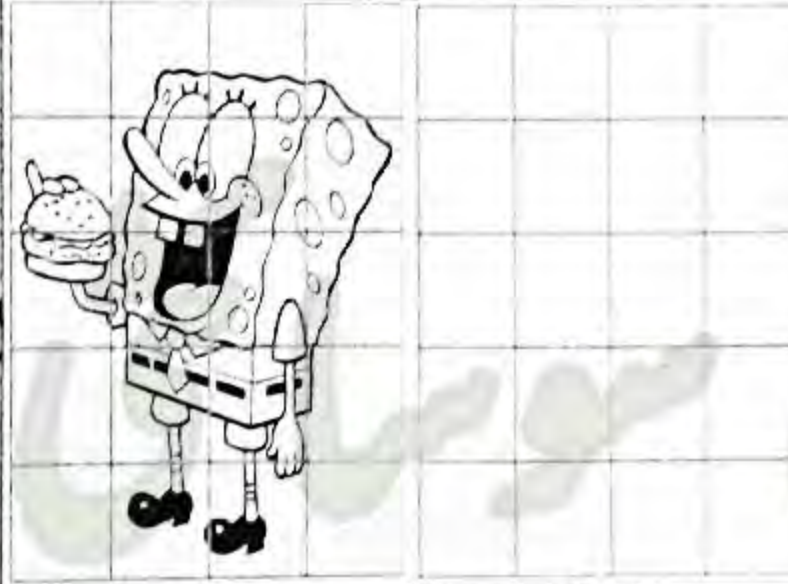
کبوتری نے پوچھا، "پھر یہاں تک کیسے پہنچے....؟"

بچے نے جواب دیا، "مجھے راستہ تو یاد نہیں رہا تھا۔ بس اندر سے کسی نے میری رہنمائی کی اور مجھے یہاں پہنچا دیا۔"

کبوتری کو یاد آیا کہ وہ جب چھوٹی سی تھی تو ایک دن اسی طرح کھو گئی تھی۔ وہ کہنے لگی

"میرے بچے! تم ٹھیک کہتے ہو۔ جب کوئی اپنی راہ کھو دیتا ہے تو گھر کی محبت اس کو راہ دکھاتی ہے اور گھر تک پہنچا دیتی ہے۔ چاہے خطرناک دشمن ہی کیوں نہ راہ میں بیٹھے ہوں۔"

❖

شرارتی گڈو کے کارنامے
گری ہوئی چیز
ارے دیکھو! کیلا
ارے نہیں.... رکو!
اسے مت اٹھاؤ
کچھ دیر بعد
زمین پر گری ہوئی چیزیں نہیں
اٹھاتے، یہ اچھی بات نہیں
ٹھیک ہے
ارے!!!
زمین پر گری ہوئی چیزیں
اٹھانا اچھی بات نہیں
ارے!
مجھے اٹھاؤ

مصوّر
بنیں
تصویر دیکھ کر سامنے دیے
گئے خانوں میں کا
اس تصویر
کا مکمل عکس
بنائیں....
رنگ بھریں
تلاش کریں کہ "اسپنج بوب" کسے فون کر رہا ہے

مسکرائیے....

☺.... ایک آدمی پانچ ہزار کے چند نوٹ بینک میں جمع کرانے گیا۔
کیشیئر نے نوٹ دیکھ کر کہا: یہ تو جعلی ہیں۔
آدمی نے فوراً کہا: تو کیا ہو جمع تو میرے اکاؤنٹ میں ہوں گے نا۔
(مرسلہ: احسن ریاض۔ لاہور)

☺.... ایک دن ایک نوجوان گھبرایا ہوا ڈاکٹر کے کلینک میں داخل ہوا اور فیس کا نوٹس بورڈ پڑھنے کے بعد ڈاکٹر کو فوراً اپنے ہمراہ چلنے کو کہا۔ ڈاکٹر نے اس کی گھبراہٹ دیکھتے ہوئے سوچا کہ شاید اس کا کوئی عزیز شدید بیمار ہے۔
اس نے میڈیکل باکس اٹھایا اور اپنی کار میں اس نوجوان کو لے کر چل پڑا۔
ایک گھنٹے کے سفر کے بعد نوجوان نے ایک گلی میں کار رکوائی اور جیب سے سو روپے نکال کر ڈاکٹر کو دیتے ہوئے بولا: شکریہ ڈاکٹر صاحب! ٹیکسی والا یہاں تک پہنچانے کے ڈھائی سو روپے مانگ رہا تھا۔
(مرسلہ: مصباح شیخ۔ کراچی)

☺.... ڈاکٹر مریض سے: میں مریض کی آنکھ دیکھ کر مرض بتاتا ہوں۔ دیکھو، تمہاری بائیں آنکھ دیکھ کر معلوم ہوتا ہے کہ تمہیں تپ دق ہے۔
مریض: جناب، میری یہ آنکھ مصنوعی ہے۔
(مرسلہ: محمد حیدر شاہد۔ راولپنڈی)

☺.... بیٹا ماں سے: اماں جان، میری قمیض کہاں ہے....؟
ماں غصے سے: جانے میری جوتی۔
بیٹا ساری جوتیاں اکٹھی کر لایا اور بولا: اماں جان، کس جوتی سے پوچھوں....؟
(مرسلہ: نیہا جبار۔ کراچی)

☺.... گاہک: تم نے مجھے بالکل کچی برف دی ہے۔
دکاندار: کوئی بات نہیں۔ گھر جا کر آپ اسے پکالیں۔
(مرسلہ: مہتاب خان۔ کوئٹہ)

☺.... اختر سعید سے: گھاس کھانے سے کبھی آنکھیں خراب نہیں ہوتیں۔
سعید: تم کیسے کہہ سکتے ہو....؟
اختر: میں نے کبھی گھوڑوں کو چشمہ لگاتے نہیں دیکھا۔
(مرسلہ: طوبیٰ دانش۔ کراچی)

☺.... ایک شخص جب تیسری مرتبہ سینما کی ٹکٹ کھڑکی پر آیا تو ٹکٹ بیچنے والے نے حیرت سے کہا: بھئی دو مرتبہ تم پہلے بھی ٹکٹ لے چکے ہو۔ وہ کیا ہوئے....؟
وہ شخص بولا: کیا بتاؤں جی۔ وہاں دروازے پر ایک پاگل کھڑا ہے۔ میں جب اندر جانے لگتا ہوں تو وہ مجھ سے ٹکٹ لے کر پھاڑ ڈالتا ہے۔
(مرسلہ: رمیز احمد۔ کراچی)

☺.... بیگم صاحبہ: اری شبراتن! تو نے چولہے میں کیا ڈال دیا ہے....؟ بڑی بُو آرہی ہے۔
شبراتن: کچھ نہیں سرکار۔ موم بتیاں پانی میں گر گئی تھیں۔ سکھانے کے لیے چولہے میں ڈال دی ہیں۔
(مرسلہ: رخسانہ علی۔ میرپور خاص)

☺.... مادہ کینگرو گھر میں داخل ہوئی تو نر کینگرو نے پوچھا: منا کہاں ہے....؟
مادہ کینگرو نے جھک کر نیچے دیکھا اور چلا اٹھی۔
اوہ میرے خدا! کسی نے میری جیب کاٹ لی۔

محفلِ مراقبہ

مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاؤن کراچی میں جذبۂ خدمت خلق کے تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح 7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نمازِ جمعہ عظیمیہ جامع مسجد سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محفلِ مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفلِ مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصدِ دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفلِ میلاد کا انعقاد کرائیں اور حسبِ استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

کراچی:۔ اللہ رکھا۔ امینہ بیگم۔ آمنہ خان۔ انجم۔ انیس الحسن۔ ایس ایم چراغ الدین۔ ایمن۔ اختر سلطانہ۔ اصفیہ۔ افروز بی بی۔ الماس۔ امبر سلمان۔ امتیاز۔ انیسہ کریم۔ انعم طاہر۔ اور تہذیب۔ اویس احمد۔ آسیہ پروین۔ آصف عارفین۔ آفتاب غلام محمد۔ آفتاب قاضی۔ آمنہ۔ ایوب۔ آپا قمر۔ آمنہ انوار۔ بشریٰ مظہر۔ بشریٰ۔ بی بی کوثر۔ پروین کوثر۔ ثانیہ طارق۔ ثمینہ۔ ثناء فضل۔ ثوبیہ۔ ثاقب اقبال۔ ثریا بی بی۔ ثریا احمد۔ ثمینہ احمد۔ ثمینہ کوثر۔ ثمینہ مقصود۔ ثمینہ۔ ثناء۔ جاوید حسن۔ جاوید۔ جمال۔ جمیل احمد۔ جمیلہ لیاقت۔ جنید عثمان۔ جنید۔ جواد۔ جویریہ۔ حسن فضل۔ حسن۔ حسینہ۔ حنا انیس۔ خاتون۔ خالد اکبر۔ خدیجہ۔ خرم۔ خضر جمال۔ دانش شمیم۔ دلدار۔ دلشاد بی بی۔ رابعہ سندس۔ رابعہ۔ راجو۔ رخسار۔ رخسانہ انجم۔ رزاق احمد۔ رضوان علی۔ رضوان شاہد۔ رضیہ۔ رقیہ بی بی۔ روبینہ راؤ۔ ریاض۔ ریحان۔ ریشم بی بی۔ زاہد سرفراز۔ زاہدہ نسرین۔ زاہدہ حنا۔ زبیدہ بی بی۔ زکیہ بی بی۔ زرین وقار۔ سلطانہ۔ سلمان رفیع۔ سلمان۔ سلمیٰ پروین۔ سلیم۔ سلیمان۔ سمیرا۔ سمیع اللہ۔ سونیا۔ سہیلہ اصغر۔ سید ابن علی۔ سید حتشام علی۔ سید ایثار فاطمہ۔ سید خرم دانش۔ سید رابعہ۔ سید مستجاب فاطمہ۔ سید مسعود علی۔ سید نور علی۔ سید نواز علی۔ سیدہ بشرہ۔ سیدہ نسرین۔ سیف الرحمن۔ سیما جبین۔ سیما سلیم۔ سیما احمد۔ سیمی۔ شاہ زیب خان۔ شازیہ احمد۔ شائستہ۔ شاہد۔ شاہدہ ناز حسن۔ شاہدہ نسرین۔ شاہدہ۔ شاہین۔ شاہدہ عماد۔ شائستہ ارم۔ شائستہ ظفر۔ شائستہ ہاشمی۔ شازیہ۔ شارخ شیخ۔ شارق ہارون۔ شازیہ نوری۔ شاہد۔ شاہدہ۔ شاہدہ ناز حسن۔ شاہدہ نسرین۔ شاہین اقبال۔ شاہین بی بی۔ شاہینہ پروین۔ شباب۔ شبانہ سلیم۔ شبنم۔ شبیر درانی۔ شرمین کنول۔ شرمین منہاس۔ شریف۔ شعبان علی۔ شعیب۔ شفقت علی شاہ۔ شفیق۔ شکیلہ الیاس۔ شکیلہ بیگم۔ شکیلہ بیگم۔ شگفتہ جبین۔ شمائلہ سرور۔ شمائلہ کوثر۔ شمس الدین۔ شمس۔ شمشاد۔ شمع۔ شمیم آرا شمیم۔ شہاب۔ شہاب۔ شہباز جاوید۔ شہباز۔ شہزاد فاروق۔ شہزاد احمد۔ شہزاد گل۔ شہزادہ علی اکبر۔ شہناز اختر۔ شہناز بی بی۔ شہناز خالد مرحوم۔ شہناز۔ شیبا اظہر۔ شیخ عمران۔ شاہدہ پروین۔ شاہدہ۔ شمیم میر۔ شہریار علی۔ شہزادی۔ شہناز اختر۔ شہناز۔ شاہین۔ شفقت پروین۔ شفیق۔ شکیلہ۔ شمائلہ۔ شمع پروین۔ شمیم حق۔ شمیم خالد۔ شہزاد پرویز۔ شہلا۔ شہنیلہ۔ شیراز۔ صابرہ بی بی۔ صائمہ فیصل۔ صائمہ ذوہیب۔ صدف علی۔ طارق۔ طاہرہ۔ طیبہ۔ ظفر۔ عابد محمود۔ عابدہ پروین۔ عابدہ۔ عالیہ۔ عامر۔ عائشہ اکرام۔ عائشہ مظہر۔ عائشہ ندیم۔ عابدہ۔ عادل۔ عائشہ خلیل۔ عائشہ۔ عابد علی۔ عارف علی۔ عارفہ حنین۔ عارف سعید احمد۔ عامر رضوان۔ عائشہ حماد۔ عائشہ خان۔ عائشہ خان۔ عبدالحفیظ۔ عبدالحنان۔ عبدالخالق۔ عبدالرافع علی۔ عبدالرزاق۔ عبداللہ۔ عبدالمجید۔ عبدالمغیث۔ عبدالوہاب۔ عتیق الرحمن۔ عدنان خان۔ عدنان۔ عرزم۔ عدیل۔ عرزم عامر۔ عاصمہ

سمیرا۔ عالیہ۔ عبدالخالق۔ عبداللہ۔ عبدالنافع۔ عبدالغنی۔ عزیز احمد۔ علی احمد صدیقی۔ عمر فاروق۔ عمران عباس۔ عمران۔ عمیر خان۔ عمیر عالم۔ عنبر۔ غلام محمد۔ عاصم رشید۔ عاصمہ شوکت۔ عاصمہ نسیم۔ عامر شہزاد۔ عبدالستار۔ عبداللہ۔ عثمان طاہر۔ عدیل راجہ۔ عظمیٰ آصف۔ عظمیٰ نسیم۔ عظیم زاہد۔ علی وقاص۔ عمارہ عثمان۔ عمران شوکت۔ عائشہ جاوید۔ عبدالرحمن۔ عبداللہ۔ عثمان۔ عدنان۔ عذرا۔ عرشیہ عطیہ نعمان۔ عرفان الحق۔ عرفان۔ عروج۔ عریشہ جنید۔ عزیز۔ عشرت زاہد۔ علی حسن۔ عنیزہ فاطمہ۔ علینہ جنید۔ علی۔ علی احمد۔ عمارہ الطاف۔ عمران۔ عمر۔ عندلیب۔ عینی۔ غفران۔ غلام محمد۔ فاران۔ فارحہ فاروق۔ فاریہ۔ فاطمہ۔ فائزہ انیس۔ فائزہ۔ فرحان الحق۔ فرحان۔ فرحت۔ فرحیہ۔ فردوس۔ فرزانہ کنول۔ فریال۔ فرید احمد۔ فریدہ۔ فضاء۔ فیصل رفیق۔ قاسم۔ قرۃ العین۔ قیصر محمود۔ کامران۔ کریم بی بی۔ کلثوم۔ کنول۔ کنیزہ۔ کوثر پرویز۔ کوثر۔ لاریب۔ ماریہ۔ ماہ رخ۔ مجتبیٰ۔ محسن طارق۔ محسن علی۔ محمد ارسلان۔ محمد حفیظ۔ محمد علی۔ محمد فاروق۔ محمد یعقوب۔ مرتضیٰ کاشف۔ مریم منظور۔ مزمل بی بی۔ مزمل رسول۔ مسرت شاہد۔ مسرت جہاں۔ مسرت منظور۔ مسز کوثر خالد۔ مصباح قمر۔ محمد اختر۔ محمد اسد۔ محمد ثاقب۔ محمد خالد۔ محمد رمضان۔ محمد ابصار۔ محمد اشرف۔ محمد ضیاء۔ محمد عبدالخالق۔ محمد نعیم چوہدری۔ محمد پرویز عالم۔ محمد عظیم۔ محمد قمر۔ مسز دلاور۔ مسز سلیم۔ مسز شبانہ عمر۔ مظفر۔ معاذ احمد۔ محمد شریف۔ محمد شکیل۔ محمد شہباز۔ محمد صابر۔ محمد فشیر۔ محمد کفیل۔ مختار احمد۔ مدثر لطیف۔ مشعل۔ مہرین۔ مصباح علی۔ مظہر علی۔ مقبول بی بی۔ ممتاز احمد۔ ممتاز بیگم۔ منزہ۔ منور طارق۔ منیبہ بی بی۔ منیر احمد۔ منیزہ۔ مہوش۔ میاں غفور۔ میرب خالد رفعت۔ نادیہ۔ نائمہ۔ ناہید۔ ندیم ہاشمی۔ نذیر بیگم۔ نرگس سلطانہ۔ نسرین اختر۔ نسرین اکرام۔ نسرین۔ نسیم اختر۔ نسیمہ مظہر۔ نسیمہ۔ نصرت شہریار۔ نصرت منظور شاہ۔ نصرت۔ نظام الدین۔ نعمان طارق۔ نعمانہ یعقوب۔ نور الدین۔ نورین نعمان۔ نورین خورشید۔ وحیدہ۔ وقار۔ وقاص۔ ولید۔ ہادیہ تسنیم۔ ہانیہ۔ یونس۔

حیدرآباد:۔ احسان الحق۔ احمد رضا۔ احمد فیاض۔ اخلاق حسین۔ ارباب جہاں۔ ارشد علی۔ ارشد۔ اسامہ سعید۔ اسماء۔ اشرف۔ اصغری بیگم۔ اظہر۔ اعجاز۔ اقبال۔ اقراء۔ اکرام یوسف۔ اللہ دتہ۔ امجد علی۔ امجد احمد۔ امداد حسین۔ امین وحید۔ انعام احد۔ انیس احمد۔ ایاز۔ آسیہ خانم۔ آفتاب۔ بشیر۔ بینا۔ پاشا۔ ثوبیہ۔ جاوید بھٹی۔ جاوید۔ جمال الدین۔ جمیل خان۔ چندہ بی بی۔ حاجی عبدالغفور۔ حافظ طاہر۔ حبیب۔ جیلانی۔ حسنین احمد۔ حنا ارشد۔ خالد مسعود۔ خدیجہ۔ خلیل احمد خان۔ خورشید عفت۔ دانیال علی۔ دانیال محمد۔ درخشاں علی۔ ڈاکٹر سردار احمد۔ ذوالفقار احمد۔ ذیشان فیصل۔ رابعہ رمضان۔ رابعہ ضیاء۔

راجہ آصف شاہ۔ راشدہ جمیل۔ رحمت بی بی۔ رضوان۔ رضیہ بیگم۔ رفاقت۔ روبینہ۔ ریاست۔ ریحان الدین۔ ریحانہ انتخاب۔ زوہیب۔ زہرہ خاتون۔ زہرہ۔ زیب۔ زیتون۔ ساجد علی۔ واجد علی۔ سدرہ۔ سعدیہ۔ سلمان۔ سمیرہ۔ سمیرا ارشد۔ سنی۔ سید اشفاق۔ سید ایوب علی۔ سیما خاتون۔ شہناز کنول۔ شاہدہ نسرین۔ شاہین۔ شبانہ۔ شجاعت۔ شرجیل علی۔ شریفاں بی بی۔ شریف۔ شمائلہ۔ شمیم اختر۔ شمیم اشفاق۔ شمیم رؤف۔ شہاب۔ شہباز۔ شہزاد بٹ۔ شیراز۔ صائمہ عفت۔ صائمہ ریاض۔ صدف عینی۔ صدیقہ نایاب۔ صفیہ۔ طاہرہ علی۔ ظفر احمد حسن۔ عابدہ۔ عارفہ صدیقی۔ عاصمہ کوثر۔ عاصمہ طارق۔ عاطف قمر۔ عاطف۔ عائشہ اشفاق۔ عائشہ۔ عبدالرشید۔ عبدالغفار۔ عبداللہ۔ عبدالہادی۔ عتیق۔ عدنان وسیم۔ عدیلہ عفت۔ عدیلہ۔ عرفان اکرام۔ عرفان محبوب۔ عروس فاطمہ۔ عزیز۔ عفت یاسمین۔ عفت جہاں۔ شازیہ۔ عقیل احمد خان۔ علی احمد۔ علی حسن۔ عمیر مشتاق۔ غفران۔ غلام مدنی۔ فاطمہ۔ فائزہ۔ فدا حنیف۔ فرح ناز۔ فرحت حسین۔ فضیلہ۔ فوزیہ۔ فہد۔ فہمیدہ۔ فہیم۔ قاسم جیلانی۔ قمر النساء۔ قمر کاشف۔ کاشف اسماعیل۔ کوثر۔ کہکشاں۔ گلناز۔ گل افشاں۔ ماجد۔ ماریہ۔ محسن۔ محمد احسان الحق۔ محمد احسن۔ محمد احمد۔ محمد افضل۔ محمد اکرم۔ محمد الیاس۔ محمد امیر۔ محمد بشیر۔ محمد جواد۔ محمد حسین۔ محمد حمزہ غنی۔ محمد رفیق۔ محمد سلیم۔ محمد صالح۔ محمد صدیق۔ محمد عمر۔ محمد عمیر ذیشان۔ محمد مختار۔ محمد ناصر۔ محمد ارشاد علی۔ مختار احمد۔ مختار۔ مدیحہ۔ مزمل۔ مشتاق احمد مطلوب حسین۔ مظہر حسین۔ معروف عالم۔ مقرب۔ مقصود احمد۔ منور مسرور۔ منیزہ۔ مہتاب۔ مہر جمیل۔ مہوش۔ نادیہ اعجاز۔ نادیہ جیلانی۔ نازش نواز۔ نازیہ۔ نائیلہ۔ نجم علی۔ ندیم یعقوب۔ نذیر خان۔ نزہت عارف۔ نسیم اختر۔ نسیم اطہر۔ نشاء انوار۔ نصیب النساء۔ نصیب خان۔ نصیر۔ نعیم عاقل۔ نعیم مسرور۔ نگہت۔ نور ناہید۔ نوید مسرور۔ وسیم۔ ہاجرہ پرویز۔ ہارون۔ سائرہ خان۔

لاہور:۔ احمد مبین۔ اظہر اقبال۔ احمد نسیم۔ احمد ارسلان۔ ارشاد۔ ارشاد۔ اسد اللہ۔ اسد علی۔ اعجاز احمد۔ اعجاز۔ اقبال احمد۔ اقبال۔ اقصیٰ منصور۔ الطاف۔ ام سلمیٰ۔ امتیاز۔ امجد جعفری۔ انس۔ آسیہ۔ آصفہ ناز۔ بابر۔ بتول۔ بشریٰ۔ پاشا۔ پرویز اقبال۔ تاج۔ ثمینہ احمد۔ ثمینہ ناز۔ ثریہ خالد۔ ثمن جواد۔ شاہ گل۔ جان محمد۔ جلیل الدین مرحوم۔ جمیلہ۔ جہانگیر۔ حارث ضمیر۔ حارث۔ حرا۔ حسینہ۔ حماد۔ حمیدہ۔ خرم۔ خطیب۔ خورشید بیگم۔ دانش سلیم۔ دانش۔ درخشاں۔ درمین احمد۔ دلشاد۔ رابعہ۔ راجہ۔ راحت۔ راحیلہ۔ راشد۔ رخسانہ۔ رخسانہ فاروق۔ رضوان۔ رفاقت۔ رفیق۔ روبینہ۔ روزی۔ زرینہ۔ زہرہ۔ زہرہ۔ زین العابدین۔ زینب۔ ساجدہ۔ سجاد۔ سلام۔ سلطان۔ سلمان۔ سلمیٰ بیگم۔ سلیمان۔ سمیرا۔ سلیم احمد۔ سمرین مختیار۔

سونیا گل۔ سہیلہ النساء۔ سہیل۔ سیدہ خورشید بیگم۔ شازیہ نسیم۔ شازیہ کنول۔ شاہ عالم۔ شاہد نسرین۔ شاہدہ۔ شاہنواز۔ شبیر احمد۔ شرمین کنول۔ شریف۔ شفقت علی شاہ۔ شکیلہ الیاس۔ شکیلہ بیگم۔ شمشاد۔ شمیم بہار۔ شمیم۔ شہاب۔ شہزاد اسامہ۔ شہزادہ علی اکبر۔ شہزاد۔ شہناز اختر۔ شہناز بی بی۔ شہناز حسین مرحوم۔ شہناز خالد۔ شہناز علی۔ شیبا۔ صابر۔ صادق مرحوم۔ صدف۔ صفیہ بیگم۔ صوفی محمد زمان۔ طاقت۔ ظہیر بیگم۔ ظہیر بیگم۔ عاصمہ۔ عالمگیر۔ عالیہ۔ عامر حسین۔ عامر شیخ۔ عامر۔ عائشہ خان۔ عائشہ حسن۔ عائشہ اطہر۔ عباس۔ عبدالحق۔ عبدالجبار۔ عبدالخالق۔ عبدالرحیم۔ عبدالغفار یٰسین۔ عبدالغنی۔ عبید۔ عبداللہ۔ عبدالمجید۔ عبدالوحید۔ عتیق رانا۔ عتیق حمید۔ عدیلہ نواز۔ عدیل وہاب۔ عروج۔ علیم الدین۔ علیم تیمور۔ علیم حسن۔ غزالہ بھابھی۔ غلام فاطمہ۔ فاطمہ دلشاد۔ فاطمہ۔ فرح نوشین۔ فرحین۔ فرزانہ۔ فرح طاہر۔ فرقان۔ فریدہ جلال۔ فریدہ۔ فوزیہ شاہد۔ فوزیہ۔ قاسم۔ کائنات۔ کنیز فاطمہ۔ کوثر باجی۔ کوثر پروین۔ کہف۔ الاریب قمر۔ لائبہ شمیم۔ ماریہ انعم۔ ماریہ ارشد۔ محسن خان۔ محسن۔ محمد امیر۔ محمد توفیق۔ محمد رفیق۔ محمد شفیق۔ محمد شہزاد۔ محمد ظفر۔ محمد کریم۔ محمد لطیف۔ محمد نعیم۔ محمد فیصل۔ محمد یوسف۔ محمود۔ مدیحہ۔ مسرت۔ مسکان۔ منیف توصیف۔ مہناز اختر۔ مہوش۔ میر محمد۔ نازش مراد۔ نازش۔ نازیہ شہراز۔ نازیہ شہباز۔ نازیہ حماد۔ ناز۔ ناصر۔ نائلہ خان۔ نائلہ زوہیب۔ نایاب۔ ندا کنول۔ نساء۔ نسرین احمد۔ نسرین شاہد۔ نسرین بانو۔ نسیمہ شاہین۔ نصرت۔ نعیمہ۔ نگہت۔ نور زادی۔ واصف۔ واصل۔ وقار احمد۔ واجد حنفی۔ وجاہت ریاض۔ وردہ احمد۔ وردہ سلیم۔ وسیع اکرم۔ ہاجرہ۔ ہارون ارشد۔ ہارون شہباز۔ ہارون دلاور۔ ہاشم۔ ہما فراز۔ یوسف مصطفیٰ۔ یونس۔ یوسف محبوب۔ یاسمین۔ یاسمین۔ یاسین۔ یونس۔

راولپنڈی/اسلام آباد :- آصف جاوید۔ آصف خان۔ آصف عباس۔ اویس محمد ملک۔ باجی نگہت پروین۔ بشیر بیگم۔ بلاول حسین۔ بنتِ حوا۔ بہروز حیدر۔ بینش حسن۔ بینش عامر۔ تاج۔ تنویر اقبال۔ ثریا۔ ثوبیہ تبسم۔ حافظ مہناز۔ حسن اختر۔ حمیدہ۔ حمیرا۔ خالد محمود اعوان۔ خالدہ بی بی۔ خالدہ بیگم۔ خورشید بی بی۔ خورشید بی بی۔ یوسف۔ خورشید بیگم۔ دانیال۔ محمد ذوالفقار۔ ذیشان محمد ملک۔ راحیمہ بی بی۔ رافع۔ راؤ محمد اقبال۔ رحمت بی بی۔ رحیم جان۔ رضیہ بیگم۔ راحیل۔ رقیہ بی بی۔ اشرف روبینہ۔ ریحانہ بی بی۔ ریحانہ۔ زبیدہ بی بی۔ زبیدہ۔ زینب بی بی۔ سائرہ۔ سبط الحسن۔ سبین۔ سحرش شہزاد۔ سرداراں بانو۔ سرداراں بی بی۔ سرور جان۔ سعدیہ۔ سکندر اعوان۔ سکندر خان۔ سکینہ بی بی۔ سلطانہ بیگم۔ سلمان حیدر۔ سلیم حیدر۔ شازیہ۔ شاذیہ۔ شائزہ کنول۔ شائستہ۔ شاہداں بی بی۔ شبانہ رشید۔ شبانہ۔ شبیر۔ شبیہ کمال۔

شرجیل۔ شفقت۔ شگفتہ ناز۔ شمس بی بی۔ شمس حسن۔ شمیم اختر۔ شمیم۔ شہناز بیوی۔ شیداں بی بی۔ صائمہ ملک۔ صائمہ۔ صدیقہ بیگم۔ صفورہ بیگم۔ صفیہ بیگم۔ طاہر سعید۔ طاہر محمود۔ ظہیر عباس بٹ۔ عابدہ پروین۔ عاشق حسین بٹ۔ عاصمہ طاہر۔ عامر حسین بٹ۔ عامر حسین قریشی۔ عائشہ اقبال۔ عائشہ حسن۔ عائشہ مسعود۔ عبدالقادر۔ عبدالرزاق۔ عبدالعزیز۔ عبدالقدیر۔ عبدالمعید۔ عبیدہ اللہ۔ عدنان۔ عذرا سلطانہ۔ عذرا۔ عصمت حسین۔ علی حسن۔ عمران جاوید۔ عمران۔ فاطمہ تبسم۔ فائزہ مجاہد۔ فائزہ حسن۔ فتح بی بی۔ فرح اقبال۔ فرحت یاسمین۔ فوزیہ اشرف۔ فیروزہ بی بی۔ قدسیہ۔ قمر عباس بٹ۔ قمر فاروق۔ قیصرہ بی بی۔ کاشف جاوید۔ کاشف۔ کامران جاوید۔ گل فرین۔ ماہ رخ۔ مبارک الٰہی۔ محمد اذکار۔ محمد اشرف۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد ذیشان۔ محمد رفیق۔ محمد شہباز۔ محمد عابد۔ محمد علی بٹ۔ محمد عمر۔ محمد فراست۔ محمد مختار۔ محمد نذیر۔ محمد یعقوب۔ محمد یوسف۔ محمودہ بیگم۔ مختار ملک۔ مسرت۔ مسعودہ۔ مسعود احمد گل۔ مصباح۔ مظفر بی بی۔ مظفر بیگم۔ ممتاز بیگم۔ منیر احمد۔ موحد۔ مومنہ احمد۔ مہوش شاہد۔ ناظمہ طاہر۔ ناصر خان۔ ناہید حمید۔ نجیب۔ ندیم احمد۔ ندیم حمید۔ نساء بی بی۔ نسرین بی بی۔ نسرینہ۔ نسیم اختر۔ نسیم بیگم۔ نصرت بی بی۔ نصرت پروین۔ نصرت کمال۔ نعمان حسن۔ نعیم احمد۔ نعیم حمید۔ نقاش حسن۔ نگہت ملک۔ نور جہاں۔ نوشابہ خان۔ نوید حمید۔

فیصل آباد:- آسیہ سرفراز۔ آفتاب جمال۔ اللہ بخش۔ احمد حسنین۔ احمد سلطان۔ احمد مسعود۔ ارشد فیاض۔ ارم خوشنود۔ ارم شاہین۔ اریبہ اسعد۔ اسماء مسعود۔ افشاں صادق۔ اقراء اختر۔ ام حبیبہ۔ ام کلثوم۔ انجم بلال۔ انجم سرفراز۔ انجم۔ انور خان۔ انور مقصود۔ باسط عزیز۔ بشریٰ جاوید۔ بشریٰ شیخ۔ پروین اختر۔ تحریم شیخ۔ تنویر احمد۔ جابر حفیظ۔ جاوید اقبال۔ جمیل اختر۔ حاجی عزیز۔ حریم شیخ۔ حمیرا یاسمین۔ خالد محمود۔ خالد محمود۔ خرم سرفراز۔ خوشنود احمد۔ ذکیہ۔ ذوالفقار علی۔ ذیشان فاروقی۔ رئیسہ خاتون۔ راج بیگم۔ راحت حسین۔ راشد گل۔ راشد منیر۔ رضوان احمد۔ رضوان۔ رفعت شاہین۔ رقیہ شاہین۔ روبینہ شاہین۔ زاہد وسیم۔ زاہدہ یاسمین۔ زاہد احمد۔ زرین تاج۔ زیب النساء۔ ساجد جاوید۔ ساجد حسین۔ ساجد علی۔ ساجد منیر۔ سرفراز اللہ خان۔ سرفراز خان۔ سعد حسین۔ سعدیہ کنول۔ سعید۔ شازیہ اعظم۔ شازیہ ماجد۔ شاہ میر۔ شاہد اقبال۔ شاہدہ یاسمین۔ شیراز۔ صفیہ۔ طارق محمود۔ عابدہ صادق۔ عاشر رفیق۔ عاطف اسماعیل۔ عامر اقبال۔ عباس فارق۔ عبدالرزاق۔ عبدالرشید۔ عبدالسلام۔ عبدالمالک۔ عدنان۔ عدیل اختر۔ عذرا مقصود۔ عذرا نواز۔ عرفات احمد۔ عرفان فاروقی۔ عظمیٰ نیاز۔ علی عمران۔ عمران خان۔ عنبر ارم۔ عنبرین اسلم۔ قدرہ۔ فرخ زوہیب۔ فیصل خوشنود۔ گلاب دین۔ گلزار بی بی۔ گلفرین ظہور۔

کلثوم عظیم۔ لبنیٰ شاہین۔ محسن۔ محمد اختر۔ محمد ارشاد۔ محمد اسلم۔ محمد آصف۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد شفیق۔ محمد شفیق۔ محمد شکیل۔ محمد صادق۔ محمد عثمان۔ محمد عزیز۔ محمد عظیم۔ محمد مسلن۔ محمد نعمان۔ محمد نواز۔ محمد شاہد۔ مریم جہان۔ مسرت جہاں۔ مصباح۔ ملک عابد۔ مہرین شیخ۔ مہرین فاطمہ۔ میاں محمد۔ نازیہ حلیم۔ نازیہ کنول۔ نصیر احمد۔ نصیر الدین۔ نعمان۔ نگہت نجیبں۔ نگہت طاہرہ۔ نور خانم۔ نورالبشر۔ نورین فاطمہ۔ نوشین اسلم۔ نوید اسلم۔ نوید حسین۔ نویدہ۔ وقار احمد۔ وقاص شاہد۔ وقار علی۔ یاسمین اختر۔

ملتان: ۔ آپا منظور النساء۔ ارسلان۔ ارشد۔ ارم۔ اسد۔ اسلم۔ آصف۔ افروز۔ اقبال۔ امام الدین۔ امان اللہ۔ آمنہ۔ امیر گل۔ امیر خان۔ ایلا۔ بشیر۔ ثمینہ۔ جان محمد۔ جعفر۔ حاجی غلام رسول۔ حافظ قربان۔ حسن بخش۔ حسن علی۔ حسین علی۔ حلیم۔ حماد۔ خدیجہ۔ دانش نیاز۔ دلنواز۔ دین محمد۔ ذوالفقار۔ رابعہ رضوانہ۔ راحیلہ۔ رخسانہ۔ رضیہ۔ رمضان۔ روشن۔ ریحانہ۔ ریشم۔ ساجدہ۔ سبحان بیگم۔ سجاد حسین۔ سجاد علی۔ سعید۔ سکندر۔ سلیم خان۔ سلیم احمد۔ سلیمان۔ سمیر۔ سمیع اللہ۔ سمیع۔ سنبل۔ سونیا۔ شائستہ۔ شازیہ۔ شاہد علی۔ شاہنواز۔ شبیر۔ شمائل۔ شمشاد۔ شہناز۔ صبور۔ صدوری۔ الطاف۔ عائشہ۔ عابد جتوئی۔ عابدہ۔ عامر۔ عبدالغنی۔ عبدالقدیر۔ عبدالمالک۔ عثمان۔ عطاء اللہ۔ علی گوہر۔ عمار۔ غزل۔ غوث بخش۔ فاضل۔ فاطمہ۔ فرزانہ ارشد۔ قرۃالعین۔ کائنات۔ گل شیر۔ ماروی۔ ماریہ۔ مبارک علی۔ مجتبیٰ شاہ۔ محسن عباسی۔ ملک طاہر۔ منظور احمد۔ منظورالدین۔ منور۔ مہران۔ میر زادی۔ نازیہ۔ ناہید۔ نعیم۔ نواب خاتون۔ نور محمد۔ نوید۔ نیاز محمد خان۔ نیک محمد۔ وحید۔ وقار۔

سیالکوٹ: ۔ آمنہ۔ ابرار خان۔ اجمل بٹ۔ اجمل رسول۔ احمد حسین عابد۔ ارشاد بی بی۔ ارشاد بیگم۔ اسامہ تیمور بن سعید۔ اسلم۔ اسماء قمر۔ اقبال بیگم۔ اقبال شاہد۔ امجد عباس۔ امینہ بیگم۔ امینہ ظافر۔ انیقا عمیر۔ انیلہ جاوید۔ اویس۔ بشارت۔ بلال۔ بیگم اسلم۔ تسنیم۔ تنزیلہ۔ تنویر عباس۔ ثاقب۔ ثریا بیگم۔ ثمینہ کوثر۔ ثمینہ جواد۔ جمشید ریاض۔ جمیلہ۔ جواد۔ چوہدری ریاض۔ چوہدری غلام نبی۔ چوہدری فرخ۔ چوہدری لیاقت۔ چوہدری محمد اکرم۔ حافظ نعمان۔ حسن علی۔ حلیمہ۔ حنا خانم۔ حنا جمیل۔ حنان۔ خالد۔ رحیم۔ رخسانہ۔ رخشندہ اعجاز۔ رضوانہ بی بی۔ رضیہ بیگم۔ رقیہ حامد۔ رمنہ۔ روبینہ۔ روزینہ۔ زرینہ۔ زینت۔ ساجد۔ ساجدہ۔ ستارہ جبیں۔ سجاد۔ سدرہ۔ سرفراز۔ سعدیہ پروین۔ سعیدہ۔ سفینہ۔ سلمیٰ ظفر۔ سلمیٰ۔ شازیہ۔ شاہد اقبال۔ شاہد فاروق۔ شاہدہ پروین۔ شریف۔ شگفتہ پروین۔ شمائلہ۔ شمشیر۔ شمیم۔ شہباز بیگم۔ شہباز۔ شہداد خاں۔ شہلا۔ شہناز احمد۔ صائمہ خانم۔ صائمہ فیصل۔ صائمہ۔ صبا۔ صبا اکبر۔ طاہر محمود۔ طاہرہ محمود۔ طاہرہ

اصغر۔ طور فاطمہ۔ طیبہ۔ صائمہ۔ عائشہ۔ عارف۔ عاصم علی۔ عاصف حیدر۔ عبدالقدوس۔ عبداللہ۔ عبدالرحمن۔ عبید انور۔ عتیق الرحمن۔ عرشیہ عمیر۔ عشرت۔ عطیہ نعمان۔ علی حسین۔ علی۔ عنیقہ۔ غزالہ۔ غلام شبیر۔ فائقہ۔ فاطمہ۔ فرخ عماد۔ فرخ قاسم۔ فرزانہ۔ فضل بی بی۔ فوزیہ۔ فہیم۔ فیروزہ بی بی۔ فیصل حیات۔ قیصرہ بانو۔ قمر النساء۔ کاشف جاوید۔ کاشف حیات۔ کامران اعجاز۔ کامران واجد۔ کلثوم بی بی۔ کوثر وہاب۔ کومل ریاض۔ کومل شاہ۔ کومل علی۔ گلشن ضمیر۔ لطیف خان۔ اللہ دتہ۔ اللہ رکھا۔ مبشر علی نصرت جمیل۔ متی الرحمن۔ مجاہد ظفر۔ مجید مجاہد۔ محسن خان۔ محمد اسلم راحت۔ محمد اکرم۔ محمد حنیف۔ محمد رفیق۔ محمد ظفر اقبال۔ محمد نعیم۔ محمد وسیم۔ محمد لیسین حامد۔ محمد لیسین۔ مدثر فرید۔ مریم۔ مزمل فرید۔ مصطفیٰ چوہدری۔ ملک جبار۔ ممتاز۔ منان۔ مہوش۔ نادیہ۔ ناہید اختر۔ نجمہ۔ نسرین۔ نسیم۔ نصرت۔ نعمان طارق۔ نعیم۔ نورین نعمان۔ نوید طاہر۔ نویدہ طاہر۔ ولید خالد۔ ڈاکٹر لبنیٰ۔ ہمنہ شاہد۔

گجرات: ۔ آغا شاہد۔ ارشاد بی بی۔ امتیاز۔ بابر صدیق۔ بلقیس اختر۔ تنویر المصطفیٰ۔ تنویر حسین۔ جاوید جمشید۔ جاوید اقبال۔ جاوید احمد۔ جمال بی بی۔ حافظ محمد اصغر۔ حسین بی بی۔ حکیم محمد ارشد۔ خورشید بی بی۔ داؤد احمد۔ رابعہ بی بی۔ راشد محمود۔ رضوان علی۔ رضیہ بیگم۔ رفعت زاہد۔ زرینہ اختر۔ سائرہ۔ ساجدہ۔ سارہ۔ سرداراں بی بی۔ سعید اختر۔ سعیدہ بانو۔ سکینہ بی بی۔ سلیم احمد۔ شاہ بیگم۔ شاہد صدیق۔ شریف بی بی۔ شائلہ جبین۔ شمیم ہارون۔ شہناز کوثر۔ شہناز صفدر حسین۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ ناز۔ طاہر اصغر۔ طیبہ عنصر۔ ظفر اقبال۔ ظہیر اقبال۔ عالیہ بانو۔ عارفہ جبین۔ عامر شاہ۔ عبدالغفار۔ عنبرین۔ غلام فاطمہ۔ فیاض حسین۔ قمر سلطانہ۔ کاشف مجاہد۔ مبشر حسین۔ محمد اشرف۔ محمد شفیق۔ محمد عامر۔ محمد کاشف۔ محمد نواز۔ محمد یوسف۔ محمد یونس بٹ۔ مدیحہ شاہانہ فاروق۔ مرزا بشیر احمد۔ مسز پروین۔ مقبول احمد۔ مقصودہ۔ ملک محمد انوار۔ منظور بی بی۔ نایاب۔ نجمہ النساء۔ ندیم اختر۔ نذیر بی بی۔ نفیسہ بی بی۔ نگہت بی بی۔ نوید اختر۔ ڈاکٹر سلیم۔ ڈاکٹر غلام ربانی۔ ہارون جلیل۔ یاسر اقبال۔

سکھر: ۔ اعجاز ملک۔ اقبال مرتضیٰ۔ الیاس۔ امبر حبیب۔ ایمن۔ بلال احمد۔ بی بی فاطمہ۔ بینش شفیع۔ پروین۔ ثریا خان۔ ثناء۔ جمیل حسین۔ جویریہ اسد۔ حمیرہ۔ رانی۔ رخسانہ حبیب۔ رضیہ بیگم۔ ریحانہ۔ زرینہ بانو۔ سعدیہ۔ سلمیٰ۔ سمیرا بانو۔ سید عظمت علی شاہ۔ سیمہ صدف۔ شازیہ۔ شبینہ کوثر۔ شکیلہ اسد۔ شہناز خانم۔ شیر گل۔ صالحہ۔ صالم منیر۔ صائمہ۔ صدف عمران۔ صنم۔ صوبیہ گل خان۔ صوبیہ ریحان۔ عبدالحفیظ۔ عیشی۔ فرح ناز۔ فرزانہ جمیل۔ فوزیہ فیض۔ کاشف۔ کنزہ۔ محمد اشرف۔ محمد اسلم۔ محمد پرویز۔ محمد حفیظ۔

چنیوٹ:- اجالا ریاض۔ اجالا قمر۔ احتشام۔ احمد بخش۔ احمد حسن۔ احمد ممتاز۔ ارشد۔ ارشد اسلم نواب۔ اشتیاق۔ اشتیاق تیمہ۔ اشتیاق محمود۔ اشتیاق حماد۔ اصغر علی۔ اطہر۔ اعجاز حسین۔ افنان۔ اقبال اسلم۔ اکرام۔ امجد علی۔ امداد حسین۔ امیر علی۔ امیر علی۔ انعام۔ انور یامین۔ انور۔ بابا فضل دین۔ بابا محمد بخش۔ بابر سلطان۔ بانو۔ بہادر علی۔ بہاول شیر۔ بیگم عابد امام۔ بیگم عابد امام۔ بیگم محمد اسلم۔ بیگم محمد حنیف۔ پروفیسر الیاس۔ پروفیسر سلیم اختر۔ پروفیسر لیم اختر۔ پروفیسر شہباز۔ پروفیسر طالب حسین۔ پروفیسر غوث اختر۔ پروفیسر محمد ایوب۔ پروفیسر الیاس۔ پروین باجی۔ تنویر علی۔ جاوید رفیق۔ جعفر علی۔ چاچا محمد حیات۔ چوہدری شاہد۔ چوہدری فقیر محمد اعجاز۔ حاجی خاور۔ حاجی سلیم احمد۔ حاجی شوکت۔ حافظ شکیل۔ حافظ محمد افضل عالیہ۔ حسن رضا۔ حنا رضا۔ حیدر رضا۔ خالد پرویز۔ خالد سراج۔ خالد محمود۔ خالدہ اطہر۔ خالدہ اظہار۔ خدیجہ بی بی۔ ذوالفقار حیدر۔ ذوالفقار علی۔ رئیس۔ راحت اکبر۔ راشد عبداللہ۔ ربیعہ۔ رضا۔ رضوان صغیر۔ رضیہ سعید۔ روبینہ طارق۔ زاہد قاسمی۔ زاہد نور۔ زاہد علی۔ زاہد جاوید۔ ساجد اللہ۔ ساجد علی۔ سعدیہ۔ سعید اظہر۔ سعید ارحم۔ سلیم اختر۔ سید صابر علی شاہ۔ سید عابد امام۔ سید عارف رضا۔ شاہد منیر۔ شاہد علی۔ شبنم رانی۔ شبیر حیدر۔ شبیر خاور علی۔ شکیلہ۔ شوکت نیاز۔ شوکت تیمور۔ شیخ نواز۔ صفدر علی۔ صفدر علی۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ جاوید۔ طارق سراج۔ طارق محمود۔ طارق ولایت بیگ۔ طاہرہ۔ عابد امام۔ عابد علی۔ عارف۔ عاشق علی۔ عبدالحفیظ۔ عبدالرؤف۔ عبدالسلام۔ عامر خان۔ عبید علی۔ عبید محسن۔ عدیل عارف۔ عذرا محمد گلزار۔ عرفان چیمہ۔ عزیز۔ علی رضا۔ علی رضا۔ عمر۔ غوث اختر۔ فرحت جہاں۔ فرحت بی بی۔ فریدہ جلال۔ فریدہ اوصاف۔ فقیر محمد اعجاز۔ فوزیہ زاہد۔ فہد۔ فہیم حسن۔ فیصل۔ قاضی توقیر۔ قاضی ظفر۔ قاضی ظفر۔ قاضی عادل عباس۔ قاضی مسعود عباس۔ قاضی مشرف۔ قاضی نادر۔ قاضی نادر۔ کاشف عظیم۔ کاشف کلیم۔ کرن نبیل۔ کرنل نذر حسین۔ لالہ رخ۔ محمد ابراہیم۔ محمد ارشاد۔ محمد ارشد۔ محمد اسحاق۔ محمد اسلم شاہد۔ محمد اسلم بیگ۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد انور کمال۔ محمد انور۔ محمد بخش۔ محمد حسین۔ محمد رضا فریدی۔ محمد رضوان۔ محمد زاہد۔ محمد سعید اظہر۔ محمد شاہد سمیر۔ محمد شہزاد۔ محمد صادق۔ محمد طاہر۔ محمد طاہر رضوان۔ محمد طاہر جاوید۔ محمد عارف۔ محمد عاصم۔ محمد عظیم۔ محمد علی رضا۔ محمد علی۔ محمد عمیر۔ محمد عمیر فیاض۔ محمد فیاض شاہ۔ محمد فیصل۔ محمد گلزار۔ محمد ندیم۔ محمد نعیم۔ محمد یعقوب۔ مشتاق خان۔ معاذ صدیقی۔ ملک عابد شاہ۔ ملک عابد۔ ملک کاشف۔ ملک محمد ناصر۔ ملک محمد حنیف۔ منشی نور۔ منشی یونس۔ منشی یاور۔ منیر احمد۔ مہر سکندر۔ مہر محمد حسین۔ میاں احمد بخش۔ میاں اطہر۔ میاں ساجد حسام۔ میاں محمد نواز۔ نازش جمیل۔ نازش علی۔ ناصر علی۔ ناصر جمال۔ نجمہ وحید۔ ندیم قادری۔ نزہت نسیم۔ نزہت ریاض۔ نسرین جمیل۔ نسرین حیدر۔ نعمان خان۔ نمرہ گل۔ نوازش علی۔ نوید احمد۔ وہاب ریاض۔ وہاب خلیل۔ ڈاکٹر غلام علی۔ ڈاکٹر محمد ارشد۔ یاسمین۔ یونس۔

اٹک:- آصف۔ آغا جان۔ آفتاب احمد۔ آفتاب جمال۔ آفتاب حسین۔ آفتاب۔ امتیاز خان۔ احسان الدین۔ احمر شہد۔ ارشد عمران۔ ارم خوشنود۔ اریبہ نوید۔ افشاں۔ انجم بلال۔ انور مقصود۔ اویس مریم۔ ایمن شاہد۔ بشیر احمد۔ بیگم عبدالرزاق۔ پروین اختر۔ تنویر احمد۔ تنویر نذیر۔ جویریہ شاہین۔ حاجی خوشنود احمد۔ حاجی عبدالرزاق۔ حاجی عبدالعزیز۔ احمد نواز۔ حمید احمد۔ حمیرا یاسمین۔ رحیمہ خوشنود۔ راج بیگم۔ روبینہ نصیر۔ زاہدہ یاسمین۔ زاہدہ وسیم۔ سجاد۔ سعید احمد۔ سعید خان۔ سعیدہ بی بی۔ سنبل خوشنود۔ شازیہ۔ شہباز نذیر۔ شاہد محمود۔ شاہدہ یاسمین۔ شبنم وسیم۔ شکیل احمد۔ شمیم بی بی۔ شہباز۔ شیراز اجمل۔ صائمہ شیراز۔ صادق۔ صغراں بی بی۔ طارق سعید۔ طارق محمود۔ طیبہ۔ عابد علی شاہ۔ عابدہ صادق۔ عبادالدین۔ عباس علی فاروقی۔ عبدالرشید۔ عبدالوحید۔ عامر امتیاز۔ عدنان نذیر۔ عذرا بی بی۔ عذرا مقصود۔ عظمت سلطان۔ عظیم صدیقی۔ عنبرین اسلم۔ فیصل سلطان۔

مانسہرہ:- اجمل الٰہی۔ احتشام الٰہی۔ اعجاز الٰہی۔ افسر خان۔ انعم ذاکر۔ بشریٰ افتخار۔ بشیر احمد۔ ثمینہ یاسر۔ جہانزیب نیازی۔ حمیرہ ذاکر۔ حنا ذاکر۔ خان بی بی۔ ربیعہ ذاکر۔ رضوان حیدر۔ ریحان۔ سدرہ عیسٰی۔ سمیرا اعجاز۔ سید آصف۔ شاہ رخ۔ شگفتہ ناز۔ صائمہ یعقوب۔ عائشہ ذاکر۔ علی حسن۔ عمران اقبال۔ یونس خان۔ عیسٰی جان۔ فرقان۔ فیصل نیازی۔ قندیل۔ کامران حیدر۔ کشمالہ نسرین۔ کوثر ذاکر۔ گلبھار بی بی۔ گلنار بی بی۔ ماہ جبین۔ ماہ رخ اعجاز۔ ماہ نور۔ محمود حیدر۔ مریم ذاکر۔ مستنصر اعظم۔ مسعود حیدر۔ ملائکہ ذاکر۔ منظور الٰہی۔ مہتاز بی بی۔ نرگس عیسٰی۔ ولی الرحمن۔

شاہ کوٹ:- ارشد۔ امتیاز حسین۔ احسن وقار۔ احسن۔ احمد حسن۔ احمد سعدیہ۔ احمد۔ اختر بی بی۔ ارسلان۔ اسماء۔ اعجاز۔ افضل۔ اکرم الحق۔ ام اجمل۔ ام ذمر۔ ام رابعہ۔ ام سلمٰی۔ امان الحق۔ امداد۔ آمنہ انوار۔ انجم۔ انیس الحسن۔ ایس ایم چراغ الدین۔ ایمن۔ ایوب۔ بشر احمد۔ بشریٰ مظہر۔ بشریٰ عمران۔ بشریٰ سلطانہ۔ بشریٰ بی بی کوثر۔ پروین اختر۔ پروین محمود۔ پروین۔ پروین کوثر۔ تسنیم اختر۔ تنویر حسین۔ توفیق۔ تیمور۔ ثمین سعید۔ ثمینہ ارشد۔ ثانیہ طارق۔ ثمینہ شاہ فضل۔ ثناء۔ ثوبیہ۔ جاوید اقبال۔ جاوید احمد۔ جمال۔ جمیل احمد۔ جمیلہ لیاقت۔ جنید خالد۔ جنید عثمان۔ جواد۔ جویریہ۔ جمیلہ اختر۔ جنت بی بی۔ حرا مشتاق۔ حسن۔ حسن فضل۔ حسن۔ حسینہ۔ حنا انیس۔ خاور۔ خاتون بیگم۔ خالد اکبر۔ خدیجہ۔ خضر جمال۔ دانش قسیم۔

رپورٹ: ڈاکٹر لیاقت
تصاویر: اشرف حنیف

ہدیۂ عقیدت بحضور حضرت بہاء الدین زکریا ملتانی رحمۃ اللہ علیہ

بروز ہفتہ 11 اکتوبر 2014ء، سلسلہ عظیمیہ کے اراکین نے ملتان میں عظیم المرتبت صوفی بزرگ، دین اسلام کے مبلغ، کروڑوں انسانوں کے لیے مسیحا حضرت بہاء الدین زکریا ملتانیؒ کے دربار میں حاضری دی۔

اس موقع پر سلسلۂ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی جانب سے چادر پیش کی گئی۔ حاضرین نے سورہ فاتحہ، سورہ اخلاص اور دیگر قرآنی سورتوں کی تلاوت اور درود شریف کے بعد فاتحہ پڑھی اور دعائیں مانگیں۔

بعد ازاں وہاں ایک مجلس مذاکرہ منعقد ہوئی۔

اس میں ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، پروفیسر ڈاکٹر رانا

مرشد کریم حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی، حضرت بہاء الدین زکریا ملتانیؒ کے مزار کے لیے چادر پیش کر رہے ہیں۔

مزار کے احاطے میں منعقدہ مجلس مذاکرہ میں ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، پروفیسر ڈاکٹر ابرار اکرام، کنور محمد طارق، ڈاکٹر لیاقت، اشرف حنیف اور خدیجہ مسعود حاضرین محفل سے مخاطب ہیں۔

اکرام اور انچارج مراقبہ ہال ملتان نے حضرت بہاء الدین زکریا ملتانیؒ کی حیات و تعلیمات کا ذکر کیا۔ حاضرین کو ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی نے سلسلہ عظیمیہ کے مرشد حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کا پیغام بھی دیا۔ آخر میں حضرت محمد ﷺ کی خدمت میں ہدیہ صلوٰۃ والسلام پیش کیا گیا۔

اس زیارت میں ملتان اور قریب و جوار کے شہروں سے اراکین سلسلہ عظیمیہ نے اپنے اعزا اور احباب کے ساتھ شرکت کی۔ مذاکرہ کی نظامت کے فرائض ڈاکٹر لیاقت نے سرانجام دیے۔

اس زیارت کے لیے مراقبہ ہال ملتان کے نگراں کنور طارق اور دیگر اراکین سلسلہ کی جانب سے بہت اچھے انتظامات کیے گئے تھے۔

اس زیارت کے موقع پر حضرت بہاء الدین زکریا ملتانیؒ کے حالات پر لکھا گیا ایک مختصر کتابچہ بھی حاضرین کو پیش کیا گیا۔

❋

صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر ادارت

ماہنامہ کراچی

قلندر شعور

روحانی علوم سے دلچسپی اور اعلیٰ علمی ذوق رکھنے والے اساتذہ، دانشوروں اور خواتین و حضرات کے لیے ہماری ایک اور علمی پیش کش

ایڈیٹر: حکیم سلام عارف عظیمی

ماہنامہ قلندر شعور میں آپ کے خواب، ان کی تعبیر، تجزیہ اور مشورہ، سائنسی، علمی، ادبی، سماجی، آسمانی علوم اور Ph.D کے مقالہ جات شائع ہو رہے ہیں۔

تازہ شمارہ منگوانے کے لیے بذریعہ فون یا خط رابطہ کریں۔

فون نمبر: 021-36912020

پتہ: B-54 سیکٹر C-4 سرجانی ٹاؤن، کراچی

والد صاحب لڑکیوں کی تعلیم کے خلاف ہیں

سوال: ہم تین بہنیں ہیں۔ بڑی بہن کی عمر پینتیس سال، منجھلی بہن بتیس سال اور میری عمر پچیس سال ہے۔ ابھی تک کسی بہن کا رشتہ طے نہیں ہوا ہے۔

ہمارے والد صاحب نے ہم بہنوں کو میٹرک کے بعد گھر میں بٹھا لیا تھا۔ مجھے تعلیم حاصل کرنے کا بہت شوق ہے لیکن والد صاحب کے سخت رویے کی وجہ سے میں مزید تعلیم حاصل نہیں کرسکتی۔ والد صاحب کہتے ہیں کہ لڑکیوں کا زیادہ تعلیم حاصل کرنا مناسب نہیں ہے۔

وہ کہتے ہیں کہ لڑکیوں کے لیے میٹرک تک تعلیم حاصل کرنا بھی بہت ہے۔ لڑکیوں نے کوئی نوکری تھوڑی کرنی ہے۔ گھرباری تو سنبھالنا ہے۔

آپ سے التماس ہے کہ کوئی وظیفہ بتائیں کہ مجھے مزید تعلیم حاصل کرنے کی اجازت مل جائے۔

جواب: لڑکیوں کو تعلیم دلوانا معاشرے کی عمومی اور والدین کی خصوصی ذمہ داری ہے۔ اچھی تعلیم لڑکیوں کو خود اعتمادی، آگہی اور شعور عطا کرتی ہے۔

بیٹیوں کو اچھی تعلیم دلانے کا مطلب ہے کہ آج کے والدین نے اپنی آئندہ نسلوں کو بہتر بنانے کا اہتمام کیا ہے۔

میں دعا کرتا ہوں کہ والدین کو اپنی اولاد کی خصوصاً بیٹیوں کی اچھی تربیت کرنے اور انہیں اچھی تعلیم دلوانے کی توفیق عطا ہو۔ آمین

رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورہ مریم کی پہلی آیت:

کٓھٰیٰعٓصٓ O

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر تصور کرکے دم کردیں اور دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم چالیس روز یا زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔

اُس کی باتیں۔۔

☆☆☆

سوال: میرا بائیس سالہ بیٹا گزشتہ دو سال سے عجیب و غریب باتیں کرنے لگا ہے۔ کبھی وہ کہتا ہے کہ اسے مقدس ہستیوں کی زیارت ہوتی ہے اور وہ اسے ہدایات دیتے ہیں۔ اس کی نیندیں اڑ چکی ہیں۔ کھانا برائے نام کھاتا ہے۔ بعض مرتبہ اس کی پیشگوئی بھی درست ہوتی ہے۔

میرا یہ بیٹا کئی مرتبہ جاب چھوڑ چکا ہے۔ دفتر میں لوگوں سے بلاوجہ الجھ پڑتا ہے۔ اس کے اس رویے کی وجہ سے اس کا کوئی دوست بھی نہ بن سکا۔

وہ صبح فجر سے زوال تک مختلف تسبیحات اور وظائف کا مسلسل ورد کرتا رہتا ہے۔ رات کو کچھ وقت سوتا ہے اور پھر وظائف صبح تک جاری رہتے ہیں۔ اکثر آنکھیں بند کرکے بیٹھا رہتا ہے۔ ہم ڈاکٹر کو دکھانے کے لیے کہتے ہیں تو بہت غضبناک ہو جاتا ہے۔

جواب: بعض لوگوں میں قوتِ ارادی کی کمی، کم ہمتی یا شدید احساس کمتری کی وجہ سے مختلف توہمات جنم لیتے ہیں۔ بعض مرتبہ یہ توہمات اس شخص کو اس کی اپنی نظروں میں بہت بڑھا چڑھا کر پیش کرتے ہیں۔ مثلاً یہ کہ تم بہت ذہین اور قابل شخص ہو یا یہ کہ اپنی کسی فضیلت کے باعث تم بہت زیادہ عزت و احترام کے حقدار ہو۔

معاشی میدان میں کچھ حاصل کرنا اور عملی زندگی میں اپنا کوئی مقام بنانا سخت محنت و مشقت کا کام ہے۔ کمزور قوتِ ارادی والے شخص سے محنت و مشقت نہیں ہو پاتی لیکن اس کے توہمات اسے اپنا آپ بڑھا چڑھا کر دکھا رہے ہوتے ہیں۔ بعض اوقات ایسے لوگ اپنا مفروضہ مقام حاصل کرنے کے لیے کوئی شارٹ کٹ اختیار کرنا چاہتے ہیں۔ ان میں ایک شارٹ کٹ ماورائی کیفیات کا ذکر کرکے دوسروں کو متاثر اور مرعوب کرنا بھی ہے۔

کمزور قوت ارادی والے بعض لوگ عملی زندگی میں کامیابی حاصل نہ ہونے پر خود اپنی عظمت کے سحر میں گرفتار ہو جاتے ہیں۔

اپنے اردگرد موجود لوگوں سے اپنے توہمات یا وسوسوں کا ذکر روحانی کیفیات کے نام سے کرتے ہیں اور توقع کرتے ہیں کہ لوگ اُن کی باتوں کو سچ سمجھ کو ان کی عظمت کو تسلیم کریں۔

ایسے بعض لوگ یہ بھی چاہتے ہیں کہ انہیں اپنا اور اپنے اہل خانہ کا معاشی بوجھ اُٹھانے کے لیے نہ کہا جائے۔ دراصل ایسے لوگ اپنی سستی، کاہلی اور نااہلی کو ماورائیت کے خوش نما پردوں میں چھپانا چاہتے ہیں۔

ان کی باتوں پر توجہ دی جائے تو ان کے مطالبات بھی بڑھتے رہتے ہیں اگر ان کے بڑھتے ہوئے مطالبات پر توجہ نہ دی جائے تو یہ "دھمکیوں" پر بھی اُتر آتے ہیں۔ مثلاً یہ کہ ان کی بات نہ ماننے والے نقصان میں رہیں گے، ان کی ناراضگی لوگوں کے لیے خرابی کا سبب بنے گی وغیرہ۔

ان خود ساختہ ماورائی لوگوں کا ایک علاج تو یہ ہے کہ انہیں نفسیاتی ڈاکٹر کو دِکھا کر ان کے دماغ میں کیمیائی عدم تناسب کا پتہ چلایا جائے اور مناسب علاج کروایا جائے۔ ایسے مریض کے گھر والوں کو اور قریبی احباب کو چاہیے کہ اُسے مناسب طریقے سے باور کرائیں کہ تم ایک عام آدمی ہو اور تمہیں محنت و مشقت کرکے اپنی اور اپنے اہل خانہ کی کفالت کرنا چاہیے۔

عظیمی ریکی سینٹر............تاثرات

(افتخار۔ حیدرآباد)

والد صاحب ایک حادثے میں خالق حقیقی سے جاملے اس وقت میری عمر پچیس سال تھی۔ والد صاحب کی اچانک موت نے مجھے ذہنی تناؤ میں مبتلا کر دیا۔

نیند میں کمی آنے لگی۔ ساری ساری رات جاگتے گزر جاتی۔ ذہن منتشر رہتا اور ہر وقت منفی اور فحش خیالات گردش کرتے رہتے تھے جس کی وجہ سے ٹینشن میں اضافہ ہو رہا تھا۔ پھر ایک عزیز ترین دوست کے کہنے پر میں نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کیا۔ یہاں میرے مسائل کو توجہ سے سنا گیا اور پھر ریکی کے سیشن شروع کیے گئے۔ چند سیشن سے ہی ذہنی تناؤ اور بے خوابی کے مرض میں بہتری آنے لگی۔ ڈپریشن سے بھی نجات ملی ہے۔

اگر ایسے لوگ بہت زیادہ ورد و وظائف یا چلّوں وغیروں میں مصروف ہو تو کسی طرح ان کی یہ مشغولیات ختم کروادینی چاہیے۔

اس بات کا خیال رکھیں کہ ان کی نیند میں کمی نہ ہو انہیں چوبیس گھنٹوں میں کم از کم آٹھ یا نو گھنٹے سونا چاہیے۔ اگر رات میں ان کی نیند پوری نہ ہوسکے تو دوپہر میں ان کے سونے کا اہتمام کیا جائے۔ غذا میں میٹھی چیزیں زیادہ دیں اور نمک کم سے کم کردیں اور کھٹی چیزیں بالکل نہ دیں۔

صبح اور شام ایک ایک ٹیبل اسپون شہد پلائیں۔

کلر تھراپی کے اصولوں کے مطابق نیلی شعاعوں میں تیار کردہ پانی ایک ایک پیالی صبح اور شام پلائیں۔

ساس کا مخالفت بھرا رویہ

☆☆☆

سوال: میری شادی کو پانچ سال ہوچکے ہیں۔ ساس نے کبھی مجھے اپنا نہیں سمجھا۔ مجھے دوسروں کے سامنے ہمیشہ حقیر ثابت کرنے کی کوشش کی ہے۔

میرے والد متوسط طبقے سے تعلق رکھتے ہیں جبکہ میرے شوہر ایک اچھے ادارے میں کام کرتے ہیں۔ آمدنی ماشاءاللہ بہت اچھی ہے۔ میری ساس ہمیشہ میری غربت کا طعنہ دیتی ہیں۔ جہیز میں فلاں چیز کی کم ہے۔ فلاں چیز معیاری نہیں ہے۔ یہ جملے سنتے سنتے میرے کان پک گئے ہیں۔

میرے شوہر سمجھدار ہیں اور مجھ سے محبت کرتے ہیں۔ میرا خیال رکھنے کی کوشش کرتے ہیں لیکن میری ساس رکاوٹ بن جاتی ہیں۔ گھر میں کوئی بھی چیز ان کی اجازت کے بغیر مجھے نہیں مل سکتی۔

اپنے میکے میں اپنی ساس کی اجازت کے بغیر نہیں جا سکتی، کبھی اجازت مل جاتی ہے، اکثر کوئی نہ کوئی بات بنا کر منع کردیتی ہیں۔ کسی تقریب میں جانا ہو تو کپڑے و میک اپ بھی ساس کی مرضی کے مطابق ہونا لازمی ہے۔

میرے شوہر مجھے ہی سمجھاتے ہیں کہ میں برداشت اور تعاون کروں۔

میری دو بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے۔ ان کے اسکول میں داخلے سے لے کر گھر کے روٹین تک بچوں کا ہر کام ساس کی مرضی سے طے ہوا ہے۔

شادی کے ان پانچ سالوں میں مسلسل برداشت کرتے کرتے اب میری ہمت جواب دے چکی ہے۔

جواب: رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ سورۃ الملک (67) کی پہلی دو آیات:

تَبٰرَكَ الَّذِیْ بِیَدِهِ الْمُلْكُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرُ ۙ۝ الَّذِیْ خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَیٰوةَ لِیَبْلُوَكُمْ اَیُّكُمْ اَحْسَنُ عَمَلًا ؕ وَهُوَ الْعَزِیْزُ الْغَفُوْرُ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے حالات کی بہتری اور پرسکون زندگی کے لیے اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔

یہ عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

لاپرواشوہر کی دھمکیاں

☆☆☆

سوال: میری شادی کو پانچ سال ہو گئے ہیں۔ میری دو بیٹیاں ہیں۔ میرا شوہر شروع دن سے ہی لاپروا اور غیر ذمہ دار ہے۔ میری دونوں بیٹیوں کی ڈیلیوری بھی میری والدہ کے گھر ہوئی ہے۔

دو سال پہلے مجھے میری والدہ کے گھر چھوڑ گیا اور کسی قسم کا رابطہ نہیں رکھا۔ میں زیادہ پڑھی لکھی نہیں ہوں ۔ میں نے ایک ادارے سے ٹیلرنگ کا کام سیکھا۔ بعد میں اسی ادارے نے مجھے Contract پر کام دینا شروع کر دیا۔ حالات میں بہتری شروع ہوئی۔ اب شوہر کو بھی میری یاد آگئی۔ اس نے مجھے فون کر کے کہا کہ وہ ملنا چاہتا ہے۔

میں نے کہا کہ کہ اب اس کی کیا ضرورت ہے تو اس نے کہا کہ مجھے دس ہزار روپے کی ضرورت ہے تم مجھے تین دن کے اندر پیسوں کا بندوبست کر کے دو نہیں تو میں دونوں بیٹیوں کو تم سے چھین لوں گا۔

میرے پاس اتنی بڑی رقم کہاں ہے اور نہ ہی میں کسی سے ادھار لے سکتی ہوں۔ میں اس لیے بھی ڈرتی ہوں کہ اگر ایک بار میں نے اُسے پیسے دے دیئے تو پیسے مانگنے کا ایک نہ ختم ہونے والا سلسلہ شروع ہو جائے گا۔

میں نے اسے پیسے نہیں دیئے تو اس نے میرے ادارے کے چکر لگانا شروع کر دیئے۔ وہاں آکر پیسوں کا تقاضہ کرنے لگا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد مصلے پر بیٹھے بیٹھے اکتالیس مرتبہ سورہ حدید (53) کی آیت نمبر 3

هُوَ الْاَوَّلُ وَالْاٰخِرُ وَالظَّاهِرُ وَالْبَاطِنُ ۚ وَهُوَ بِكُلِّ شَیْءٍ عَلِیْمٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر تصور کریں کہ آپ مسجد الحرام میں خانہ کعبہ کے سامنے بیٹھی ہوئی ہیں۔ جب یہ تصور قائم ہو جائے تو اللہ تعالیٰ کے حضور اپنا مسئلہ پیش کر دیں اور اس کے جلد از جلد حل کے لیے دعا کریں۔

یہ عمل اکیس روز یا چالیس روز تک جاری رکھیں۔

عملیات سیکھنے کا شوق

☆☆☆

سوال: میری عمر بیس سال ہے۔ مجھے بچپن سے ہی عملیات سیکھنے کا بہت شوق ہے۔ میں یہ عمل سیکھنے کے لیے کئی ایک عامل حضرات کے پاس گیا۔ ہزاروں روپے خرچ کیے لیکن مجھے کسی نے علم نہیں سکھایا۔ عملیات سیکھنے کے موضوع پر میں نے کئی کتابوں کا مطالعہ کیا۔ ان میں بہت ہی مشکل اور پیچیدہ طریقہ لکھے ہوئے ہیں جنہیں سمجھنا اور عمل کرنا میرے لیے

ناممکن ہے۔

میں یہ خط بڑی امید سے لکھ رہا ہوں۔ آپ میری رہنمائی فرمائیں۔

جواب: اس شوق لاحاصل میں کئی لوگوں نے اپنی زندگی کے قیمتی ماہ و سال برباد کیے ہیں۔

آپ کے لیے میرا مشورہ یہ ہے کہ اپنا وقت کسی مفید اور تعمیری کام میں لگائیں۔ اپنی تعلیم مکمل کیجئے۔ کوئی اچھا ہنر سیکھیے۔ تعلیم اور ہنر کے ساتھ عملی زندگی کا آغاز کر کے اپنے والدین کی توقعات کو پورا کرنے کی کوشش کیجئے۔

نیٹ پر چیٹنگ کی عادت

☆☆☆

سوال: میری شادی کو دس سال ہو گئے ہیں۔ میرے دو بچے ہیں۔ دونوں اسکول جاتے ہیں۔ بیٹی نے ایک سال پہلے اسکول جانا شروع کیا تو میری اہلیہ کو اکیلے پن کی وجہ سے گھر میں گھبراہٹ محسوس ہوئی۔ بچوں کی واپسی تک وہ پریشان رہتی۔ اس خیال سے کہ بچوں کی واپسی تک وہ مصروف رہیں میں نے انہیں ایک کمپیوٹر لا دیا اور ان کے کہنے پر نیٹ کا کنکشن بھی لگوا دیا۔

ایک دن طبیعت خراب ہونے کی وجہ سے میں دفتر نہیں گیا۔ میں نے دفتر ای۔ میل کرنے کے لیے کمپیوٹر آن کیا تو معلوم ہوا کہ بیگم نے ای۔ میل کا ٹوئٹ بنایا ہوا ہے اور وہ صبح نو بجے سے بارہ بجے تک مختلف لوگوں سے چیٹنگ کرتی ہیں۔ ان میں مرد و خواتین دونوں اصناف کے لوگ شامل ہیں۔

میں نے ان سے کہا کہ تم سیدھی سادی گھریلو عورت ہو۔ چند ماہ پہلے تک تو تمہیں کمپیوٹر آن کرنا بھی نہیں آتا تھا تمہیں ای۔ میل کا ٹوئٹ بنانا کس نے سکھا دیا....

میری بیگم نے بتایا کہ ملنے جلنے والی دو عورتوں نے اکاؤنٹ کا طریقہ سکھایا ہے۔ ان عورتوں نے یہ مشورہ بھی دیا تھا کہ فرضی نام سے اکاؤنٹ بنانا۔

مجھے بہت حیرت ہوئی اور افسوس بھی ہوا۔ بہر حال.... قصہ مختصر یہ کہ اس دن میری بیگم نے مجھ سے وعدہ کیا کہ آئندہ وہ غیر لوگوں سے چیٹنگ نہیں کرے گی۔

اس انکشاف کے بعد میں اپنے گھر سے انٹرنیٹ کنکشن ختم کروا سکتا تھا لیکن میں نے ایسا نہیں کیا۔

دو ہفتے بعد میں نے ایک بار پھر ای۔ میل چیک کرنے کے لیے کمپیوٹر آن کیا تو معلوم ہوا کہ بیگم نے چیٹنگ کا سلسلہ ختم نہیں کیا ہے۔ اس بار بھی انہوں نے معذرت کر لی اور آئندہ چیٹنگ نہ کرنے کی یقین دہانی کروائی۔

محترم ڈاکٹر صاحب.... میری بیگم نہایت اچھی خاتون ہیں۔ وہ میرا اور بچوں کا بہت خیال رکھتی ہیں۔ وہ اچھی عادات و اطوار کی مالک ہیں۔ مجھے لگتا ہے کہ انہیں چیٹنگ کی بری لت پڑ گئی ہے۔ جس طرح سگریٹ کا عادی سگریٹ نوشی ترک نہیں کر پاتا شاید اسی طرح وہ چیٹنگ کی اس لت سے چھٹکارا حاصل نہیں کر پا رہی ہیں۔

محترم وقار عظیمی صاحب....!

میں یہ بات اپنی فیملی میں کسی سے شیئر بھی نہیں کر سکتا۔ پتہ نہیں کون کیا سمجھے....

برائے کرم آپ مجھے مشورہ دیجئے کہ میں کیا کروں....؟

جواب: آپ کی اہلیہ کے مذکورہ طرز عمل کی

بڑی وجہ ان کی تنہائی ہے۔

آپ نے خود دیکھا ہے یہ پینٹنگ دن کے نو بجے سے بارہ بجے کے درمیان ہی ہوتی رہی ہے۔ بچے جب اسکول سے گھر آجاتے ہیں تو وہ بچوں میں مصروف ہو جاتی ہیں اور کمپیوٹر یا نیٹ پر نہیں بیٹھتیں۔

انہیں اس لت سے نجات دلانے کے لیے مناسب ہوگا کہ دن کے اس حصے میں ان کے لیے کوئی مصروفیت ڈھونڈی جائے۔ صبح کے وقت کسی اسکول میں کوئی پارٹ ٹائم جاب یا ایسی ہی کوئی اور مصروفیت.....

آپ کی تھوڑی سے توجہ اور مناسب حکمت عملی سے توقع ہے کہ ان میں اتنی ول پاور آجائے گی کہ وہ اس عادت سے چھٹکارا پالیں۔

مزارات پر حاضری کے آداب

☆☆☆

سوال: دو سال پہلے مڈل ایسٹ کی ایک کمپنی میں جاب ملی تھی۔ ابھی ملازمت میں چار ماہ ہی گزرے تھے کہ کمپنی کے اسٹور سے قیمتی سامان چوری ہو گیا۔ میں جس کمرے میں رہتا تھا اس میں میرے ساتھ تین افراد اور بھی رہتے تھے۔ کمپنی نے پولیس میں رپورٹ درج کروادی۔ پولیس ان تینوں افراد کے ساتھ مجھے بھی پکڑ کر لے گئی۔

میں پریشان ہو گیا اور گھر والوں کو ساری بات بتائی۔ میری والدہ کی ایک سہیلی نے اُن سے کہا کہ تم اپنے بیٹے سے کہو کہ فلاں بزرگ کے نام کی منت مانگ لے۔ جب مقدمے سے رہائی مل جائے تو مزار شریف پر جاکر کھانا تقسیم کردے۔

والدہ صاحبہ نے مجھے فون پر کہا تو میں نے منت مان لی۔ اللہ کا کرنا کہ تیسری پیشی پر میرا نام مقدمے سے خارج کر دیا گیا۔ ان تینوں پر فرد جرم عائد کر دی گئی۔

میں پاکستان پہنچا تو والدہ صاحبہ نے مجھے یاد دلایا کہ میں نے مزار پر جاکر منت پوری کرنی ہے۔ میں نے اپنے تین چار جاننے والوں سے مزار پر جانے کے آداب اور منت پوری کرنے کا طریقہ معلوم کیا تو سب نے الگ الگ طریقہ بتایا۔

میرے ایک دوست نے آپ سے رہنمائی لینے کا مشورہ دیا ہے۔

محترم ڈاکٹر صاحب.....! مہربانی فرماکر بتائیں کہ کسی بزرگ کے مزار پر جانے کے کیا آداب ہوتے ہیں اور منت ادا کرنے کا کیا طریقہ ہے.....؟

جواب: کسی بزرگ کے مزار پر جائیں تو وہاں جاکر سب سے پہلے سلام کریں۔

السلام علیکم ورحمۃ اللہ اہل القبر

اس کے بعد سورہ فاتحہ، سورہ اخلاص، دیگر قرآنی سورتیں اور درود شریف پڑھ کر سب سے پہلے حضرت محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں ہدیہ ثواب پیش کیا جائے پھر ان صاحب مزار کو اور مومنین و مومنات کو ایصال ثواب کیا جائے۔

آپ نے نذر مانی تھی کہ ناکردہ جرم سے گلو خلاصی کے بعد بزرگ کے مزار پر جاکر کھانا تقسیم کریں گے۔ جب ان بزرگ کے مزار پر جائیں تو فاتحہ خوانی کے بعد وہاں موجود لوگوں میں حسب استطاعت کھانا تقسیم کروادیں۔

عجیب و غریب واقعات

☆☆☆

سوال: دو سال پہلے میری شادی ہوئی۔ میرے

شوہر ایک ملٹی نیشنل کمپنی میں سوفٹ ویئر انجینئر ہیں۔ ماشاءاللہ اچھی آمدنی ہے۔ خاندان میں سب پیار و محبت سے رہتے ہیں۔ ایک سال پہلے میرے سسر کا اچانک انتقال ہو گیا جس سے سب بہت ڈسٹرب ہوئے۔

میرے شوہر اپنے بھائیوں میں سب سے چھوٹے ہیں۔ والد کے انتقال کے بعد دونوں بڑے بھائیوں نے کہا کہ مکان بیچ کر ہم اپنا اپنا حصہ لے لیں۔ میرے شوہر نے مکان کسی اور کو فروخت کرنے کے بجائے مارکیٹ ویلیو کے حساب سے دونوں بھائیوں کو راضی خوشی ان کا حصہ دے دیا۔

اب گزشتہ چھ ماہ سے اس مکان میں ہمارے ساتھ عجیب و غریب واقعات ہو رہے ہیں۔ کبھی گھر کے دالان میں سڑا ہوا گوشت ملتا ہے اور کبھی مین دروازے پر کسی جانور کی ہڈیاں ایک مخصوص شکل میں رکھی ہوئی ملتی ہیں۔ کبھی رات کو گھر میں لوگوں کی چلنے کی آوازیں سنائی دیتی ہیں۔ رات کو اکثر سوتے میں کوئی میرے شوہر کے بالوں کو پکڑ کر کھینچتا ہے جس سے گھبرا کر ان کی آنکھ کھل جاتی ہے۔

شوہر کو ایسا لگتا ہے کہ ان کے کندھوں پر منوں وزن رکھ دیا گیا ہے۔ ان کو بہت زیادہ غصہ آنے لگا ہے۔ انہیں طبیعت میں بے چینی اور دل پر دباؤ محسوس ہوتا ہے۔ ان حالات اور طبیعت کی بار بار ناسازی کی وجہ سے شوہر کے آفس کے معاملات بھی خراب ہو رہے ہیں۔

ہم نے دو تین بزرگوں سے معلوم کیا سب نے یہ کہا کہ آپ لوگوں پر گندا عمل کروایا گیا ہے۔

ہماری کسی سے دشمنی نہیں ہے پھر نجانے ہمارے پیچھے کوئی کیوں لگا ہوا ہے۔

جواب: صبح اور شام اکیس اکیس مرتبہ سورۃ المائدہ (5) آیت نمبر 6:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ عَلَيْكُمْ إِذْ هَمَّ قَوْمٌ أَنْ يَبْسُطُوا إِلَيْكُمْ أَيْدِيَهُمْ فَكَفَّ أَيْدِيَهُمْ عَنْكُمْ ۖ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ۝

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے گھر کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔

رات سونے سے پہلے تین مرتبہ سورہ اخلاص سات مرتبہ سورہ فلق اور سات مرتبہ سورہ الناس پڑھ کر پانی پر دم کر کے میاں بیوی دونوں پئیں اور تھوڑا پانی مکان کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔

قرآن پاک کی سورۃ الزلزال (99) ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے لکھوا کر یا پرنٹ نکلوا کر فریم کروالیں یا پلاسٹک کوٹنگ کروالیں۔ اسے مکان کے داخلی دروازے کے اوپر کسی بلند جگہ پر آویزاں کر دیں۔ یہ فریم ایسی جگہ آویزاں کیا جائے جہاں آتے جاتے اس پر نظر پڑتی رہے۔

حسب استطاعت صدقہ کرتے رہیں۔

رقم غائب ہوجاتی ہے

☆☆☆

سوال: میری والدہ گزشتہ پندرہ سال سے امریکہ میں بڑے بیٹے کے ساتھ رہ رہی ہیں۔ اس سال وہ پاکستان آئیں تو میرے ساتھ رہیں۔ والدہ صاحبہ نے اپنے زیورات اور ڈالر مجھے اپنے پاس رکھنے کے لیے دیئے جو میں نے الماری کے لاکر میں رکھ دیئے۔

میری دو بیٹیاں ہیں۔ ایک دس سال کی اور دوسری آٹھ سال کی ہے۔ شوہر نہیں ہیں۔ ایک مہینے بعد والدہ نے رقم مانگی۔ میں نے لاکر میں سے رقم نکالی تو اس میں پانچ سو ڈالر کم تھے۔ والدہ نے اپنی باقی رقم میں سے کچھ

لے کر دوبارہ مجھے لاکر میں رکھنے کے لیے دے دی۔ میں نے دوبارہ رقم اچھی طرح گن کر لاکر میں رکھ دی۔ اگلے مہینے پھر کچھ رقم کم ہو گئی۔

میرے گھر میں کوئی ملازمہ نہیں ہے۔ لاکر کی چابی بھی میرے پاس ہی ہوتی ہے۔ والدہ صاحبہ تین ماہ رہنے کے بعد واپس چلی گئیں۔

اب میں اپنے جو پیسے لاکر میں رکھتی ہوں اس میں سے بھی ایک مہینے میں تین چار ہزار روپے کم ہو رہے ہیں۔

سمجھ نہیں آتا کہ پیسے کم کیوں ہو رہے ہیں اور انہیں کون غائب کر رہا ہے۔

میرا اپنا تو کوئی ذریعہ آمدنی نہیں ہے۔ میرے بھائی میری مالی مدد کرتے ہیں۔ ہر ماہ پیسے غائب ہونے سے گھر کے اخراجات پورے کرنا مشکل ہوتا جا رہا ہے۔

جواب: صبح اور شام اکیس اکیس مرتبہ

لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْر

سات سات مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور تھوڑا سا پانی گھر کے چاروں کونوں میں چھڑک دیں۔ یہ عمل کم از کم اکیس روز تک جاری رکھیں۔

ایک یا ڈیڑھ پاؤ لوبان لے کر موٹا موٹا کوٹ لیں۔ پھر ایک ہی نشست میں اکتالیس مرتبہ سورہ فلق پڑھ کر لوبان پر دم کر دیں۔ اب اس لوبان کی پورے گھر میں دھونی دیں۔ دھونی کے عمل کو لگاتار گیارہ دن تک جاری رکھیں۔ اس کے بعد ہفتے میں دو دن مقرر کر کے دھونی دیں۔

صبح نہار منہ اور شام کے وقت ایک چمچی شہد پر تین مرتبہ سورہ فلق پڑھ کر دم کر کے پئیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔

حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔

ہر جمعرات کے دن کم از کم پندرہ روپے خیرات کر دیا کریں۔

چند ہفتوں کے لیے نمک کا استعمال کم سے کم کر دیں اور میٹھا زیادہ استعمال کریں۔

ضد اور غصہ

☆☆☆

سوال: میرے تین بیٹے ہیں۔ سب سے بڑے بیٹے کی عمر 12 سال ہے۔ وہ بہت ضدی اور غصہ والا ہے۔ اپنے چھوٹے بھائیوں کے ساتھ اس کا رویہ بہت خراب ہے۔ جب بھی موقع ملتا ہے کسی نہ کسی بات پر دونوں کی پٹائی کر دیتا ہے۔ ان کے کھلونے چھین لیتا ہے اور توڑ کر پھینک دیتا ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ اس کا محبوب مشغلہ چھوٹے بھائیوں کو روتا دیکھ کر خوش ہونا ہے۔

ہم نے اسے بہت پیار و محبت سے سمجھایا اور مار پیٹ کر بھی دیکھ لیا ہے لیکن اس کے رویہ میں کوئی تبدیلی نہیں آئی۔

جواب: رات کے وقت جب آپ کا یہ بیٹا گہری نیند میں ہو تو اس کے سرہانے اتنی آواز سے کہ اس کی آنکھ نہ کھلے اکیس مرتبہ سورہ شوریٰ (42) کی آیت نمبر 28

وَهُوَ الَّذِيْ يُنَزِّلُ الْغَيْثَ مِنْ بَعْدِ مَا قَنَطُوْا وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهٗ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيْدُ O

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر دیں اور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

وزن کی زیادتی

☆☆☆

سوال: میری عمر پینتیس سال ہے۔ میں اسکول ٹیچر ہوں۔ غیر شادی شدہ ہوں۔ گزشتہ تین سال سے میرا وزن بہت زیادہ ہو گیا ہے۔ میرا قد چار فٹ دس انچ ہے جبکہ میرا وزن 75 کلو گرام ہے۔

آپ کے ادارے کی ہربل ٹیبلیٹ مہزلین کے بارے میں اپنی کئی سہیلیوں سے سنا ہے کہ اس سے وزن کم ہوتا ہے۔ میں بھی ہربل ٹیبلیٹ مہزلین استعمال کرنا چاہتی ہوں۔ مجھے اس کا طریقہ اور علاج کی مدت بتا دیں۔

جواب: عظیمی لیبارٹریز کی تیار کردہ ہربل ٹیبلیٹ مہزلین وزن کم کرنے کے لیے بہت مفید ہے۔ بڑی تعداد میں خواتین و حضرات کو مہزلین کے استعمال سے فائدہ ہوا۔ آپ بھی مہزلین استعمال کر سکتی ہیں۔

صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو دو گولی مہزلین پانی کے ساتھ لیں۔

اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر، مٹھائیاں، سوفٹ ڈرنکس، آئسکریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانا کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پئیں۔

ہربل ٹیبلیٹ مہزلین کی ہوم ڈیلوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127

میاں بیوی دونوں کی رپورٹس ٹھیک ہیں

☆☆☆

سوال: ہماری شادی کو چھ سال ہو گئے ہیں۔ ابھی تک اولاد کی نعمت سے محروم ہیں۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپ دونوں کی رپورٹ صحیح ہیں جب اللہ چاہے گا اولاد ہو جائے گی۔

میرے شوہر کو بچوں سے بہت محبت ہے۔ وہ اکثر بھتیجوں کو گھر لے کر آجاتے ہیں۔ اُن کے ساتھ کھیلتے ہیں۔ اُن بچوں کی ہر خواہش پوری کرتے ہیں۔ گزشتہ دنوں کسی وجہ سے چھوٹے بھائی سے ناراضگی ہو گئی تو اس نے اپنے بچوں کو ہمارے گھر آنے سے منع کر دیا ہے۔

شوہر سے بچوں کی دوری برداشت نہیں ہو رہی ہے۔ وہ راتوں کو اٹھ کر بے چینی سے گھر میں ٹہلتے رہتے ہیں۔

ہمیں کئی رشتے داروں اور دوستوں نے مشورہ دیا ہے کہ ہم کسی بچے کو گود لے لیں لیکن میرے شوہر اس بات کے لیے تیار نہیں ہیں۔

آپ سے گزارش ہے کہ کوئی عمل یا وظیفہ بتائیں کہ جس کی برکت سے میری گود بھر جائے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورۂ علق کی ابتدائی دو آیات

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ O خَلَقَ الْإِنسَانَ مِنْ عَلَقٍ O

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے میاں بیوی دونوں پئیں۔ یہ عمل کم از کم تین ماہ تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الٰہی یَا مُصَوِّرُ کا ورد کرتی رہا کریں۔

حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔

کشش اور جاذبیت

☆☆☆

سوال: میری عمر اٹھارہ سال ہے۔ میں سیکنڈ ائیر

ٹی اسٹوڈنٹ ہوں۔ میرے چہرے کی رنگت پھیکی ہے اور چہرہ بالکل سپاٹ ہے۔ مجھے لگتا ہے میرے چہرے کے نقوش دیکھ کر ہر کوئی طنزیہ انداز میں مسکراتا ہے۔

کالج میں لڑکیاں مجھے مختلف ناموں سے پکارتی ہے۔ کزن اور سہیلیاں بھی میرا مذاق اڑاتی ہیں اس وجہ سے میں بہت ڈسٹرب ہو رہی ہوں اور میری پڑھائی متاثر ہو رہی ہے۔

آپ مجھے ایسا عمل یا وظیفہ بتائیں کہ جس سے چہرہ پرکشش ہو جائے۔

جواب: صبح فجر کی نماز کے بعد پانچ مرتبہ سورہ یوسف کا پہلا رکوع، گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ دعا کی طرح چہرے پر تین مرتبہ پھیر لیں۔

یہ عمل کم از کم چالیس یا نوے روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

شک ...ایک نفسیاتی بیماری

☆☆☆

سوال: میری ایک بیٹی اور ایک بیٹا ہے۔ میرے شوہر کے انتقال کے بعد ان کا کاروبار میرے بیٹے نے سنبھالا۔ ماشاء اللہ کاروبار اچھا چل رہا ہے۔ بیٹی بڑی ہے ۔ اس کے رشتے تو کئی آئے مگر طے نہ ہو سکے۔ کبھی اسے کوئی پسند نہ آیا اور کبھی وہ لڑکے والوں کے معیار پر پوری نہ اتری۔

میری اس بیٹی کے معیارات بہت زیادہ ہیں۔ اب اس کی عمر سینتیس سال ہو گئی ہے۔ بیٹا بہن کی شادی تک اپنی شادی نہ کرنے کا ارادہ کر چکا تھا لیکن میں نے اسے بہت سمجھایا اور بہت اصرار کیا تو وہ شادی کے لیے رضامند ہو گیا۔ پچھلے سال اس کی شادی ہو گئی۔

میری بہو بھی ماشاء اللہ بہت اچھی ہے۔ میرے ساتھ بہت عزت و احترام سے رہتی ہے۔ اس وقت وہ امید سے ہے۔

اب مسئلہ یہ درپیش ہے کہ میری غیر شادی شدہ بیٹی کو شک کرنے کی عادت ہو گئی ہے۔

وہ بہو پر اور اپنے چھوٹے بھائی پر شک کرنے لگی ہے۔

اگر کبھی کام کے سلسلے میں بیٹے کو دیر ہو جائے تو اپنی بھابھی پر طرح طرح سوالات کی بوچھاڑ کر دیتی ہیں۔ جس کی وجہ سے وہ بہت پریشان ہو جاتی ہے۔ اپنے چھوٹے بھائی سے بھی اپنی بھابھی کے متعلق شک بھری باتیں کرتی ہیں۔ میں اور بیٹا تو برداشت کر رہے ہیں لیکن میری بہو کب تک برداشت کر سکتی ہے۔

میری بہو نے اس سے بات کرنا بند کر دی ہے۔ بعض مرتبہ تو میری بہو اسے ڈانٹ کر چپ کروا دیتی ہے۔ ان دونوں کی نوک جھوک سے گھر کا ماحول خراب ہو رہا ہے۔

میں اپنی بیٹی کو بہت سمجھاتی ہوں لیکن وہ اپنی شک بھری باتوں کو سچ و حقیقی باتیں سمجھتی ہے۔

میری بہو امید سے ہے۔ میری بیٹی کی فضول باتوں کی وجہ سے بہو کو ہونے والا ٹینشن اس کے حمل کے لیے بھی خطرہ بنتا جا رہا ہے۔

میرا بیٹا بھی اب اپنی بہن سے بیزار ہوتا جا رہا ہے۔ اس نے بہن سے بات چیت بند کر دی ہے۔ اپنے گھر، بچوں، بہو کی حالت دیکھ کر میں شدید اذیت میں ہوں۔

جواب: شک ایک نفسیاتی بیماری ہے۔ شک کی اس بیماری کے مختلف درجات ہیں۔ شک میں مبتلا شخص

اپنے لیے اور دوسروں کے لیے شدید اذیت کا سبب بنتا ہے۔ شک کی یہ بیماری شدت اختیار کرے تو اس کے لیے باقاعدہ نفسیاتی علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔

آپ رات سونے سے پہلے سو بار سورۃ النساء (4) کی آیت نمبر 148-149

لَا يُحِبُّ اللّٰهُ الْجَهْرَ بِالسُّوْٓءِ مِنَ الْقَوْلِ اِلَّا مَنْ ظُلِمَ ۭ وَكَانَ اللّٰهُ سَمِيْعًا عَلِيْمًا ○ اِنْ تُبْدُوْا خَيْرًا اَوْ تُخْفُوْهُ اَوْ تَعْفُوْا عَنْ سُوْۗءٍ فَاِنَّ اللّٰهَ كَانَ عَفُوًّا قَدِيْرًا ○

گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنی بیٹی کا تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں کہ ان کو شک کی عادت سے نجات ملے۔ انہیں مثبت اور صحتمند طرزِ فکر عطا ہو۔ اس عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔

بیٹی بہت دبلی ہے

☆☆☆

سوال: میری بیٹی کی عمر تئیس سال ہے۔ اس کا وزن بہت کم ہے۔ نسوانی حُسن بھی نہ ہونے کے برابر ہے۔ میں اس کے کھانے پینے کا بہت خیال رکھتی ہوں۔ وزن اور حسن کی کمی سے وہ احساسِ کمتری کا شکار ہوتی جا رہی ہوں۔

جواب: ماش کی دال کا حلوہ بنالیں۔ روزانہ تقریباً ایک چھٹانک یہ حلوہ صبح نہار منہ کھائیں۔

رات کو سونے سے پہلے ایک کپ نیم گرم دودھ میں ایک چمچ شہد ملا کر پئیں۔ کم از کم دو ماہ یہ عمل جاری رکھیں۔

نسوانی حسن کے لیے عظیمی لیبارٹریز کے تیار کردہ ایک سفوف اور روغن حُسن افزاء کا استعمال مفید ہے۔

نشے کی لت

☆☆☆

سوال: میرے شوہر کو چند سال سے نشے کی عادت ہوگئی ہے۔ وہ بھری ہوئی سگریٹ پیتے ہیں۔

اکثر راتوں کو گھر سے باہر رہنے لگے۔ اگر میں کچھ کہوں تو لڑنے لگتے ہیں اس لیے میں نے خاموشی اختیار کرلی ہے۔ ہماری شادی کو سات سال ہوگئے ہیں اور ہماری کوئی اولاد نہیں ہے۔

وہ اپنے پرانے دوستوں کے ساتھ نشے کی محفلوں میں جانے لگے۔ کبھی ان کے دوست ہمارے گھر آکر بھی رات رات بھر نشہ کرتے ہیں۔ گھر میں سگرہٹ کی بُو پھیلی ہوئی ہوتی ہے اور ان کے قہقہوں سے میری نیند حرام ہو جاتی ہے۔

میں چاہتی ہوں کہ شوہر کو نشہ کی عادت اور برے دوستوں کی صحبت سے نجات ملے۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد اکتالیس مرتبہ سورہ بقرہ کی آیت نمبر 168-169 میں سے

وَلَا تَتَّبِعُوْا خُطُوٰتِ الشَّيْطٰنِ ۭ اِنَّهٗ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِيْنٌ ○ اِنَّمَا يَاْمُرُكُمْ بِالسُّوْۗءِ وَالْفَحْشَاۗءِ وَاَنْ تَقُوْلُوْا عَلَي اللّٰهِ مَا لَا تَعْلَمُوْنَ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں کہ آپ کے شوہر کو نشہ کی لت اور بُری صحبت سے نجات ملے۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔

رشتہ طے نہیں ہوتا....

☆☆☆

سوال: میری دو بیٹیاں ہیں۔ ایک بیٹی کی شادی

انٹر کے بعد ہوئی تھی۔دوسری بیٹی اعلیٰ تعلیم حاصل کرنا چاہتی تھی اس لیے اس نے اس وقت کئی اچھے رشتوں کے باوجود تعلیم مکمل ہونے تک شادی نہ کرنے کا فیصلہ کیا۔اب ماشاءاللہ اس نے اعلیٰ تعلیم حاصل کرلی اور ایک ملٹی نیشنل کمپنی میں کام کرتی ہے۔

تعلیم سے فراغت کے بعد اس کے کئی رشتے آئے مگر کسی وجہ کے بغیر انکار ہوجاتے ہیں۔کئی رشتے تو ایسے تھے کہ اب بات پکی کہ جب بات پکی.... لیکن قسمت کی خرابی یا کچھ اور کہ شادی میں رکاوٹیں آتیں رہیں۔اب میری بیٹی کی عمر تیس سال ہوگئی ہے۔

کئی مرتبہ لوگ کہتے تو ہیں کہ آپ کے گھر آئیں گے لیکن رشتہ لے کر گھر تک کوئی نہیں آتا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ سورۂ بقرہ کی آیت 163

وَإِلَٰهُكُمْ إِلَٰهٌ وَاحِدٌ
لَا إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَٰنُ الرَّحِيمُ O

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنی بیٹی کی اچھی جگہ شادی اور خوش و خرم ازدواجی زندگی کے لیے دعا کریں۔

یہ عمل نوّے روز تک جاری رکھیں۔ناغہ کے دن بعد میں پورے کرلیں۔

صبح شام پانچ مرتبہ سورۂ فلق پانچ مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ آیت الکرسی، پڑھ کر پانی پر دم کرکے بیٹی کو پلائیں اور اس کے اوپر بھی دم کردیا کریں۔ یہ عمل کم ازکم اکیس روز تک جاری رکھیں۔ناغہ کے دن بعد میں پورے کرلیں۔

حسب استطاعت صدقہ کردیں۔

احساس کمتری

☆☆☆

سوال: پچھلے سال میں ایک کالج میں بطور لیکچرار سلیکٹ ہوئی۔اب مجھ میں خود اعتمادی ختم ہوتی جارہی ہے۔پرنسپل صاحبہ جب مجھ سے کوئی سوال کرتیں ہیں تو مجھ پر گھبراہٹ طاری ہوجاتی ہے۔پڑھاتے وقت بھی میں نروس رہتی ہوں۔

جواب: رات آئینہ کے سامنے کھڑے ہوکر اپنے آپ کو دیکھتے ہوئے اس طرح کریں جیسے آپ کلاس میں بچوں کو پڑھارہی ہیں۔آئینہ بینی کے دوران اپنے انداز، اعتماد کا بغور جائزہ بھی لیجیے۔

اسٹوڈنٹ کو مخاطب ہوتے وقت وقفہ وقفہ سے مسکرائیں۔

اس کے علاوہ ہر نماز کے بعد 101 مرتبہ

يَا اَللّٰهُ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر قوت ارادی اور خود اعتمادی میں اضافہ کی دعا کریں۔ یہ عمل چالیس روز تک جاری رکھیں۔

کوشش کریں کہ زیادہ سے زیادہ باوضو رہا جائے۔